

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
*CLIENT CENTERED* UNTUK MENINGKATKAN  
PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS X  
SMK NEGERI 5 BANDAR LAMPUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

**Oleh :**

**EKA WIDIA ASTUTI  
NPM : 1411080203**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1440H / 2018M**

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
*CLIENT CENTERED* UNTUK MENINGKATKAN  
PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS X  
SMK NEGERI 5 BANDAR LAMPUNG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :

**EKA WIDIA ASTUTI**

**NPM : 1411080203**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Pembimbing I : Dr. Oki Dermawan, M.Pd**

**Pembimbing II : Defriyanto, SIQ., M.Ed**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1440H / 2018M**

## ABSTRAK

### EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *CLIENT CENTERED* UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS X SMK NEGERI 5 BANDAR LAMPUNG

Oleh  
**EKA WIDIA ASTUTI**  
**1411080203**

Percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang kemampuan dirinya untuk mengembangkan nilai positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Dimana individu merasa memiliki kompetensi, yakni, mampu dan percaya ia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi actual, prestasi, serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Konseling kelompok adalah sebagai salah satu upaya pemberian bantuan kepada individu yang mengalami masalah-masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. *Client centered therapy* adalah klien diberi kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikirannya secara bebas.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dalam bentuk *quasi experimental design* dengan desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *nonequivalent control group design*. Pada dua kelompok tersebut sama-sama dilakukan *pretest* dan *posttest*. Dalam penelitian ini berfokus pada keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik dengan teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu angket.

Adapun hasil dapat diketahui bahwa nilai  $z$  hitung eksperimen  $> z$  tabel kontrol ( $2.384 > 2.375$ ), hal ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Selain itu didapat nilai rata-rata *posttest* kelas pada kelas eksperimen lebih besar dari kelas kontrol ( $96,86 > 84,00$ ). Jika dilihat dari hasil yang telah didapat maka peningkatan pada kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik *client centered* dapat meningkatkan percaya diri peserta didik kelas X di SMK Negeri 5 Bandar Lampung

Kata Kunci : Konseling Kelompok, *Client Centered*, Percaya Diri.





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

*Alamat : Jalan, Letkol H. Endro Suratmin, Sukarama, Bandar Lampung ( 0721 ) 703260*

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi** : **EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
CLIENT CENTERED UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA  
DIRI PESERTA DIDIK KELAS X SMK NEGERI 5 BANDAR  
LAMPUNG**  
**Nama** : **EKA WIDIA ASTUTI**  
**NPM** : **1411080203**  
**Jurusan** : **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**  
**Fakultas** : **Tarbiyah dan Keguruan**

**MENYETUJUI**

**Untuk dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam sidang Munaqasayah  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung**

**Pembimbing I**

**Dr. Oki Dermawan, M.Pd**  
**NIP. 19761030200501 1001**

**Pembimbing II**

**Defriyanto, S.IQ., M. Ed**  
**NIP. 197803192008011012**

**Mengetahui**

**Ketua jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**

**Andi Thahir, S.Psi, M.A., Ed.D**  
**NIP. 197604272007011015**





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

***Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260***

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul **"EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK CLIENT CENTERED UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS X SMK NEGERI 5 BANDAR LAMPUNG"**, di susun oleh: **Eka Widia Astuti NPM: 1411080203** Jurusan: **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**. Telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal : **Senin, 10 Desember 2018**.

**TIM MUNAQOSYAH**

**Ketua** : Drs. H. Abdul Hamid, M.Ag. (.....)  
**Sekretaris** : Indah Fajriani, M.Psi., Psikolog (.....)  
**Pembahas Utama** : Busmayaril, S.Ag., M.Ed (.....)  
**Pembahas Pendamping I** : Dr. Oki Dermawan, M.Pd (.....)  
**Pembahas Pendamping II** : Defriyanto, S.IQ, M.Ed (.....)

**Mengetahui,**  
**Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**

**Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd**  
**NIP. 195608101987031001**



## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

**Artinya:**

*karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. (Q.S. Al-Insyirah 5-6)<sup>1</sup>*



---

<sup>1 1</sup> Departemen agama RI, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahan* (Bandung: CV Penerbit J-ART, 2005), h. 596

## PERSEMBAHAN

*Bismillahirrohmanirohhim*

Teriring doa'a dan rasa syukur yang teramat dalam karya sederhana namun penuh perjuangan ini dengan segala kerendahan hati dan terimakasih yang tulus ku persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tuaku tercinta yang senantiasa selalu mendoakan dan mendukungku untuk keberhasilanku yaitu Bapak Tasudin dan Mamah Siti Fatimah.
2. Tete dan adik-adikku tersayang yang selalu memberikan dukungan serta motivasinya dan menjadi sumber inspirasiku yaitu tete Leni Marlina, adikku Cecep Kurniawan al Bisri, dan si bungsu Asyifa Jayanti.
3. Nenekku tercinta yang ketika semasa hidupnya selalu memberikanku nasehat-nasehat dan semangat untuk menjadi anak yang bisa membanggakan kedua orang tua Nini Idah (alm) insyaalloh ia bahagia melihat cucunya bisa menjadi seorang sarjana, sepupu ku yang selalu mendengar cerita ku dalam perjalan menempuh gelar sarjana dan selalu memberikan masukan yang luar biasa Siti Sa'adah.
4. Sahabat serta sosok mamas terhebat Aris Nurhidayat, S.P yang selalu mendo'akan dan memberikan semangat kepada penulis.
5. Almamaterku UIN Raden Intan Lampung

## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama Eka Widia Astuti dilahirkan pada tanggal 09 September 1996, penulis merupakan anak pertama dari 3 bersaudara dari pasangan Bapak Tasudin dan Ibu Siti Fatimah. Penulis menempuh pendidikan formal dari jenjang SDN 02 Srimenanti dan lulus pada tahun 2008, kemudian penulis melanjutkan pendidikannya di SMPN 03 Tanjung Raja dan lulus pada tahun 2011, penulis melanjutkan pendidikannya di MA Islamiyah Srimenanti dan lulus pada tahun 2014.

Pada tahun 2014 penulis melanjutkan pendidikannya di perguruan tinggi yaitu UIN Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan dengan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Pada tahun 2017 penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Gayam Kecamatan Kecamatan Penengahan Kabupaten Lampung Selatan selama 40 hari. Selanjutnya penulis mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMAN 3 Bandar Lampung.



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, Segala puji bagi-Nya yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam selalu tercurah kepada Nabi besar Muhammad SAW, yang dinantikan syafaatnya di yaumul akhir nanti.

Penyusunan skripsi ini yang berjudul “Efektivitas konseling Kelompok Dengan Teknik *Client Centered* Untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 5 Bandar Lampung” merupakan salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana pendidikan (S. Pd) pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dorongan serta dukungan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Wakil Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

3. Andi Thahir, S. Psi., M.A., Ed. D selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.
4. Dr. Oki Dermawan, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I. Terima kasih atas kesediaan untuk membimbing dan memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Defriyanto, S.IQ., M.Ed selaku Dosen Pembimbing II. Terima kasih atas kesediaan dalam membimbing, mengarahkan, memberikan saran, dan kritik yang sangat membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini.
7. Sahabatku, Dila Ayu Anggraini, Sheftia Zaen Jaya, Siti Amsanah, Eka Siti Amanah, Zahara Aisya Amalia, Siti Arofah, Dwi Lestari, Astuti, Anita Yulandari, Shopiya Mazab, Vianuri Fadilah yang selalu berbagi dan membantu satu sama lain, Dewi Wulandari, Diana Dewi Lestari, Sri Fitriani, Sri Handayani, Titis, Andi Putra Wijaya. dan semua teman-teman seperjuangan angkatan 2014 Terimakasih atas dukungan kalian do'a serta Motivasi yang kalian berikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Semua pihak yang telah turut serta membantu menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT selalu melindungi, memberikan rahmat semua pihak yang tercantum maupun tidak tercantum, dan Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi orang yang membutuhkan.



Bandar Lampung,  
Penulis,

2018

**Eka Widia Astuti**  
**1411080203**



## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	15
C. Pembatasan Masalah.....	16
D. Rumusan Masalah.....	16
E. Tujuan Penelitian.....	16
F. Manfaat Penelitian.....	17
<b>BAB II KAJIAN TEORITIS</b>	
A. Konseling Kelompok.....	18
1. Pengertian Konseling Kelompok .....	18
2. Tujuan Konseling Kelompok .....	20
3. Komponen Konseling Kelompok.....	21
4. Asas-asas Konseling Kelompok.....	24
5. Tahap-tahap Koseling Kelompok .....	25
B. <i>Client Centered</i>	
1. Pengertian <i>Client Centered</i> .....	27



2. Tujuan <i>Client Centered</i> .....	30
3. Kelemahan dan Kelebihan <i>Client Centered</i> .....	30
4. Teknik-teknik <i>Client Centered</i> .....	31
C. Percaya Diri	
1. Pengertian Percaya Diri.....	34
2. Ciri-ciri Percaya Diri.....	37
3. Faktor Penyebab Percaya Diri.....	38
D. Kerangka Berpikir.....	40
E. Hipotesis Penelitian.....	41
F. Kajian Relevan.....	42

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode penelitian.....	47
B. Variabel Penelitian.....	52
C. Definisi Operasional.....	52
D. Populasi dan Sampel.....	54
1. Populasi.....	54
2. Sampel.....	54
E. Teknik Pengumpulan Data.....	55
1. Observasi.....	55
2. Wawancara.....	55
3. Angket.....	56
F. Instrumen Penelitian.....	58
G. Uji Instrumen.....	59
1. Uji Validitas.....	59
2. Uji reabilitas.....	62
H. Tahap-tahap Pemberian Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Client Centered</i> Untuk Meningkatkan Percaya Diri .....	63

I. Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	67
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	70
1. Data Deskripsi <i>Pretest</i> .....	70
2. Pelaksanaan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 5 Bandar Lampung .....	73
3. Data Deskripsi <i>Posstest</i> .....	81
4. Uji Hipotesis Wilcoxon .....	84
B. Pembahasan.....	95
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	99
B. Saran.....	99
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data hasil Pra Penelitian Sikap Percaya Diri Peserta Didik .....	12
2. Definisi Operasional .....	52
3. Tabel Rencana Pemberian Alternatif Jawaban .....	57
4. Kriteria Sikap Percaya Diri.....	58
5. Kisi-Kisi Instrumen Percaya Diri. ....	59
6. Uji Validitas.....	61
7 Hasil Validitas .....	61
8. Realibility statistics.....	63
9. Hasil <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen.....	71
10. Hasil <i>Pretest</i> Kelas Kontrol .....	72
11. Hasil <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen.....	82
12. Hasil <i>Posttest</i> Kelas Kontrol.....	83
13. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen.....	85
14. Wilcoxon Rank Eksperimen .....	85
15. Uji Wilcoxon Kelas Eksperimen .....	86
16. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Kontrol .....	89
17. Wilcoxon Rank Kelas Kontrol .....	89
18. Uji Wilcoxon Kelas Kontrol.....	90
19. Deskripsi Data Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol .....	93
20. Perbandingan kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol.....	94

## DAFTAR GAMBAR

### Gambar

1. Kerangka Berpikir.....	41
2. Pola Non-equivalent Control Group Design.....	50
3. Grafik Hasil <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen .....	71
4. Grafik Hasil <i>Pretest</i> Kelas Kontrol.....	73
5. Grafik Hasil <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen.....	82
6. Grafik Hasil <i>Posttest</i> Kelas Kontrol .....	84
7. Kurva Kelas Eksperimen .....	88
8. Kurva Kelas Kontrol.....	92
9. Grafik Peningkatan Percaya Diri .....	95



## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

1. Surat Keterangan Penelitian .....	104
2. Lembar Keterangan Validasi.....	105
3. Kisi-kisi Instrumen Percaya Diri .....	107
4. Angket Percaya Diri .....	108
5. Uji Validitas .....	110
6. Pedoman Wawancara .....	116
7. Rencana Pelaksanaan Layanan.....	117
8. Data Hasil <i>Pretest</i> – <i>Posstest</i> Kelas Kontrol dan Eksperimen .....	130
9. Daftar Hadir Peserta Konseling Kelompok Kelas Eksperimen.....	130
10. Daftar Hadir Peserta Konseling Kelompok Kelas Eksperimen....	132
11. Daftar Hadir Peserta Konseling Kelompok Kelas Kontrol .....	133
11. Dokumentasi Penelitian.....	134



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu wadah untuk mengembangkan potensi sumber daya manusia yakni peserta didik, dengan mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar mereka agar dapat mewujudkan suasana belajar yang kondusif dalam menumbuhkan kembangkan potensi sehingga mencapai potensi yang optimal. Pada dasarnya pendidikan sangat penting dalam kehidupan, pendidikan menjadikan hidup manusia lebih baik. Karena, dalam berkata, bertindak, dan apapun yang dilakukan oleh manusia tidak luput dari sisi pendidikan. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Al-baqarah : 31 tentang proses pendidikan pertama kali dari Allah SWT.

وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ

هَٰؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ﴿٣١﴾

*Artinya : Dan Dia mengajarkan kepada Adam nama-nama (benda-benda) seluruhnya, kemudian mengemukakanya kepada para*

*Malaikat lalu berfirman “Sebutkan kepada-Ku nama benda-benda itu jika kamu memang orang-orang yang benar”.<sup>1</sup>*

Ayat di atas menjelaskan bagaimana pertama kali Allah SWT mengajarkan pengetahuan kepada Nabi Adam. Dari ayat ini kita dapat mempelajari bahwa manusia pada mulanya tidak memiliki pengetahuan (tidak berilmu), kemudian Allah SWT mengajarkan Kepada Nabi Adam Tentang nama-nam benda seluruhnya. Dengan demikian dapat kita simpulkan bahwa pendidikan merupakan proses yang wajib di tempuh oleh manusia dalam kehidupan.

Undang-Undang Permendiknas Nomor 20 tahun 2003 (pasal 1) yakni pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.<sup>2</sup>

Dari uraian diatas sangat jelas bahwa pendidikan secara sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar yang efektif dan sebagai sarana pengoptimalisasi potensi peserta didik melalui proses pembelajaran, yang mana pembelajaran yang diberikan oleh guru merupakan bimbingan yang

---

<sup>1</sup> Departemen agama RI, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahan* (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), h. 6

<sup>2</sup> Undang-undang RI No 2 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 1.

dilakukan kepada para peserta didik agar tercapainya hasil yang optimal untuk potensi peserta didik.

Tujuan yang hendak mendidik dalam pendidikan islam yang dewasa ini dikenal ialah untuk membimbing, mengarahkan, dan mendidik seseorang untuk memahami dan mempelajari ajaran agama islam sehingga diharapkan mereka memiliki kecerdasan berfikir (IQ). Kecerdasan emosional (EQ), dan memiliki kecerdasan Spiritual (SQ) untuk bekal hidup menuju kesuksesan dunia dan akhirat. Orientasi eskatologis terlihat begitu dominan dalam diskursus tujuan pendidikan islam. Sehingga, pola pemahaman yang diterima oleh pembelajar cenderung melingkupi pemahaman kognitif, walaupun aspek kecerdasan emosional sudah diperhatikan.<sup>3</sup>

Bimbingan dan konseling merupakan proses pemberian bantuan agar individu dapat memahami dan menyesuaikan diri guna mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Hellen bahwa “inti dari layanan bimbingan dan konseling adalah pengembangan diri”.<sup>4</sup> Dalam bimbingan dan konseling mengatasi masalah hanyalah bagian kecil, maka setiap peserta didik berhak mendapatkan layanan guna optimalisasi potensi yang dimiliki. Ketika seorang peserta didik mampu mengembangkan potensi yang dimiliki maka diharapkan peserta didik juga

---

<sup>3</sup> Miftahur rohman, hairudun, *Konsep Tujuan Pendidikan Islam persepektif Nilai-nilai Sosial-Kultural*, Al-Tadzkiyyah: jurnal pendidikan islam, volume 9, edisi I 2018

<sup>4</sup> Hellen, *Bimbingan dan konseling* (Jakarta: Ciputat pers, 2002), h. 58.



mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya sehingga tujuan bimbingan dan konseling akan tercapai.

Pengertian Bimbingan yang dikemukakan oleh McDaniel bahwa bimbingan sebagai proses layanan yang diberikan kepada individu-individu guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diperlukan dalam membuat pilihan-pilihan, rencana-rencana, dan interpretasi-interpretasi yang diperlukan untuk menyesuaikan diri yang baik.<sup>5</sup> Dengan adanya bimbingan yang diberikan kepada individu, diharapkan agar individu mampu mengembangkan potensi yang dimiliki secara optimal.

Pengertian konseling yang diungkapkan oleh McDaniel yaitu suatu rangkaian pertemuan langsung dengan individu yang ditujukan pada pemberian bantuan kepadanya untuk dapat menyesuaikan dirinya secara lebih efektif dengan dirinya sendiri dan dengan lingkungannya.<sup>6</sup> Jadi, dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling merupakan proses bantuan yang diberikan oleh guru pembimbing kepada yang dibimbing melalui pertemuan tatap muka atau hubungan timbal balik antara keduanya serta terus-menerus agar konseli mampu memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar sehingga dapat mengoptimalkan potensi yang dimiliki.

---

<sup>5</sup>Prayitno, Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h.95

<sup>6</sup> *Ibid* , h. 100

Secara konseptual bimbingan dan konseling dalam Al-Qur'an yakni memberikan bantuan dan pertolongan. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat : Al-Maidah ayat: 2.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَحْلُوا شَعِيرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهَرَ الْحَرَامَ وَلَا أَهْدَى وَلَا  
الْقَلَيْدَ وَلَا ءَامِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ  
فَأَصْطَادُوا وَلَا تَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ أَن صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ  
أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ  
وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ۝

Artinya : Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu melanggar syiar-syiar kesucian Allah, dan jangan (melanggar kehormatan) bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) hadyu(hewan-hewan qurban), dan qalait(hewan-hewan qurban yang diberi tanda), dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi baitul haram; mereka mencari karunia dan keridoan tuhan. Tetapi apabila kamu telah menyelesaikan ihram, maka bolehlah kamu berbuu. Jangan sampai kebencian/(mu) kepada suatu kaum karenamereka menghalang-halangi dari masjididil haram mendorongmu berbuat melampaui batas(kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah amat berat siksaan.

Dari penjelasan ayat diatas dijelaskana bahwa kita sebagai umat islam di anjurkan saling tolong-menolong dalam kebaikan, dan janganlah tolong-menolong dalam suatu keburukan. Dari kandungan makna ayat diatas dapat

kita simpulkan bahwa saling tolong-menolong dalam sebuah kebaikan sangatlah dianjurkan, sebagaimana peranan pembimbing terhadap peserta didik terutama yang mengalami masalah.

Dalam diri manusia terdapat beberapa kebutuhan yang apabila terpenuhi akan mempengaruhi rasa percaya diri dalam diri individu tersebut. Adapun bentuk kebutuhan manusia agar dapat percaya diri yaitu:

1. Kebutuhan-kebutuhan dasar psikologis
2. Kebutuhan akan rasa aman
3. Kebutuhan akan rasa cinta dan memiliki
4. Kebutuhan akan harga diri
5. Kebutuhan akan aktualisasi diri.<sup>7</sup>

Kebutuhan manusia diatas sangat berkaitan dengan bentuk kepribadian seseorang. Dalam kepribadian terdiri dari “*id, ego* dan *superego*”<sup>8</sup>. *Id* adalah suatu system yang murni, dan merupakan tempat bersemayamnya naluri-naluri atau keinginan individu. *Ego* merupakan jalan untuk menyalurkan naluri-naluri yang ada, sebagaimana *ego* berfungsi sebagai mengantari naluri-naluri dengan lingkungan sekitar. Sedangkan *superego* adalah sebagai filter yang berkaitan dengan hukum, nilai, moral guna mengontrol dan menyaring serta menentukan apakah suatu tindakan baik atau buruk, benar atau salah.

---

<sup>7</sup>E. Koswara, *Teori-teori Kepribadian* (Bandung, PT Eresco, 1991), h. 118

<sup>8</sup>Cerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling Psikoterapi* (Bandung, Refika Aditama, 2010 Cat ke 4) h. 14



Tiga komponen kepribadian diatas sangat berpengaruh bagi rasa percaya diri seseorang, tiga hal tersebut dapat menjadikan rasa percaya diri individu akan baik ataukah rendah, tergantung pengontrolan yang dilakukan dan keyakinan yang dimiliki oleh diri individu itu sendiri guna mengaktualkan diri individu secara optimal. Keyakinan yang dimiliki individu mengenai dirinya dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam diri seseorang.

Memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, terutama yang tidak mempengaruhi akurasi, sangat penting untuk membedakan keduanya percaya diri akurat dan sangat tidak percaya diri memori, dan untuk menentukan kapan keyakinan dan akurasi memiliki hubungan yang kuat.<sup>9</sup>

Percaya diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan diri individu itu sendiri. Menurut Thantawy percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Menurut W.H. Miskell mendefinisikan arti percaya diri sebagai

---

<sup>9</sup>Elizabeth F. Chua , *Distinguishing Highly Confident Accurate And Inaccurate Memory: Insights About Relevant And Irrelevant Influences On Memory Confidence* (2014), h. 2

kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki serta dapat dimanfaatkan secara tepat.<sup>10</sup>

Menurut Mastuti, ada beberapa ciri atau karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri.

- a. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lain.
- b. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- c. Memiliki harapan yang terealistik terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.
- d. Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung/mengharapkan bantuan orang lain.<sup>11</sup>

Pernyataan ini dikuatkan dengan adanya jurnal internasional “Pentingnya kepercayaan diri siswa telah disorot dalam berbagai cara. Sisa yang memiliki keyakinan atau percaya diri akan mampu mengembangkan potensi yang mereka miliki, seperti memiliki ide-ide mengenai bagaimana cara agar mereka memiliki masa depan yang baik”.<sup>12</sup>

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan alayanan konseling kelompok dengan teknik *client centered*. Konseling kelompok merupakan upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli dapat memahami diri dan lingkungannya ,

<sup>10</sup> Pradipta Sarastika, *Buku Pintar Tampil Percaya Diri* ( Araska, 2014) h. 50

<sup>11</sup> Septi Rahayu, “Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok”, (Jurnal Skripsi Program Stara 1 Universitas Negeri Semarang UNNES , 201). h. 19

<sup>12</sup> Ricard Sheldrake, *Student Intentions Towards Studying Science At Upersecondary School: The Defferential Effect Of Under-Confidance And Over –Convidence*, 2016, h. 3

mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai-nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif prilakunya.<sup>13</sup>

Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan. Konseling kelompok bersifat memberi kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah sikap dan prilakunya agar selaras dengan lingkungannya.<sup>14</sup>

Sedangkan menurut Prayitno, konseling kelompok adalah layanan yang mengikuti sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok dengan mengaktifkan dinamika kelompok guna membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi atau pemecahan masalah individu yang sifatnya pribadi yang menjadi peserta kegiatan kelompok.

Berdasarkan pengertian konseling kelompok diatas dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa konseling kelompok adalah bantuan yang diberikan seorang ahli atau konselor kepada konseli guna menyelesaikan permasalahan yang ada pada konseli, agar konseli dapat berkembang dengan optimal dalam situasi kelompok dengan mengaktifkan dinamika-dinamika kelompok.

---

<sup>13</sup> Ahmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar belakang*, (Bandung: Refika Aditama, 2007), h.24

<sup>14</sup> *Ibid*, h. 24



Dalam penelitian ini peneliti memilih teknik *Client Centered* dalam konseling kelompok. Pendekatan konseling *Client Centered* menekankan pada kecakapan konseli untuk menentukan isu yang penting bagi dirinya dan pemecahan masalah konseli. Menurut Roger konsep inti berpusat pada klien adalah konsep tentang diri dan konsep menjadi diri atau pertumbuhan perwujudan diri.<sup>15</sup> Pendekatan client centered dapat diterapkan terhadap peserta didik yang mengalami kesulitan dalam refleksi atau percaya diri dalam mengungkapkan perasaan dan pikiran secara verbal, dalam keberanian untuk mengambil inisiatif terhadap perkembangan arah hidupnya, serta cenderung menunggu petunjuk tentang apa yang sebaiknya mereka lakukan.<sup>16</sup>

Pendekatan teknik yang digunakan yaitu teknik client centered, yang digunakan untuk melatih individu yang mengalami kesulitan mengungkapkan bahwa dirinya adalah orang yang berharga, orang yang penting, dan orang yang memiliki potensi positif dengan penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regard). Tujuan utama pendekatan ini adalah pencapaian kemandirian dan integrasi diri tindakanya adalah layak dan benar.<sup>17</sup>

Disebut juga dengan istilah teori diri (*self theory*), konseling *non-directive* dan konseling Rogerian. Nama pencetus teori ini adalah Carl R. Rogers. Pendekatan client centered dengan layanan konseling kelompok ini

---

<sup>15</sup> Gantina, Eka & Karsih, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta Barat: PT Indeks. 2011), h.261

<sup>16</sup> W.S . Winkel *Bimbingan dan Konseling Di Instansi Pendidikan* (Jakarta: Rasindo.1997 ),  
h. 385

<sup>17</sup> Gantina dkk, Op.Cit. h. 261-275

didasari bahwa manusia cenderung bergerak ke arah keseluruhan dan ke arah perwujudan diri dan bahwa anggota kelompok sebagai individu dan juga kelompok sebagai keseluruhan itu dapat menemukan arah sendiri dengan bantuan yang minimum dari konselor kelompok atau fasilitator. Menurut Natawidjaja pendekatan berpusat pada pribadi menekankan mutu pribadi konselor daripada ketrampilan teknisnya dalam memimpin kelompok, karena tugas dan fungsi utama dari fasilitator kelompok adalah mengajarkan apa yang diperlukan untuk menciptakan suatu iklim yang subur dan sehat di dalam kelompok. Iklim tersebut dibentuk antar anggota-anggota kelompok dan fasilitator dengan menciptakan hubungan yang didasari oleh sikap tertentu seperti pemahaman empatik yang teliti, penerimaan, penghargaan yang positif, kehangatan, perhatian, rasa hormat, keaslian (*genuineness*), spontan dan pengungkapan diri (*self disclosure*). Pendekatan berpusat pada pribadi ini mempunyai kesamaan dengan pendekatan eksistensial dalam arti keduanya memiliki prinsip-prinsip pokok yang bersamaan.

Pemberian layanan konseling kelompok menggunakan *client centered* agar melatih individu agar dapat mengungkapkan dirinya, mengemukakan apa yang ia rasakan dari rangsangan kelompok dan fasilitator(konselor).

Dari hasil penelitian terhadap guru bimbingan dan konseling di SMK Negeri 5 Bandar Lampung dengan metode wawancara dan observasi secara langsung pada saat proses bimbingan klasikal terlihat beberapa anak yang kurang percaya diri. Hal tersebut dapat terlihat ketika peserta didik diberikan

pertanyaan oleh guru pembimbing, anak tersebut tidak dapat mengungkapkan pendapatnya, peserta didik malu bertanya ketika tidak mengerti dengan suatu materi, dan ada juga peserta didik yang malu-malu dalam melaksanakan sesuatu.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 13 september 2018 dengan cara mewawancarai guru BK dan penyebaran angket, di SMK Negeri 5 Bandar Lampung dari populasi peserta didik yang berjumlah 66 orang dan 14 sampel yang diambil, dapat diketahui klasifikasi permasalahan yang dialami peserta didik dalam rasa percaya diri rendah adalah sebagai berikut.

**Tabel 1**  
**Data hasil penelitian rasa percaya diri rendah peserta didik kelas X SMK**  
**Negeri 5 Bandar Lampung**

No	Nama Konseli	Kelas	Skor perolehan skala percaya diri	Kategori
1	Konseli 1	X (Textile)	34	Rendah
2	Konseli 2	X (Textile)	35	Rendah
3	Konseli 3	X (Textile)	36	Rendah
4	Konseli 4	X (Textile)	34	Rendah
5	Konseli 5	X (Textile)	34	Rendah
6	Konseli 6	X (Textile)	32	Rendah
7	Konseli 7	X (Textile)	33	Rendah
8	Konseli 8	X (Otomotif)	66	Sedang
9	Konseli 9	X (Otomotif)	73	Sedang
10	Konseli 10	X (Otomotif)	69	Sedang
11	Konseli 11	X (Otomotif)	69	Sedang
12	Konseli 12	X (Otomotif)	66	Sedang
13	Konseli 13	X (Otomotif)	43	Sedang
14	Konseli 14	X (Otomotif)	39	Rendah

*Sumber : Dokumentasi hasil rekapitulasi percaya diri peserta didik, SMKN 5 Bandar Lampung*

Berdasarkan data dari tabel diatas terlihat bahwa 14 peserta didik yang memiliki masalah percaya diri dengan skor rendah dari kelas textile yakni terdiri dari 7 peserta didik dengan perolehan nilai 34,35,36,34,34,32,33. Kemudian 6 peserta didik di kelas otomotif dengan memperoleh skor 66,73,69,69,66,43 masuk dalam kategori sedang dan 1 peserta didik memperoleh skor 39 yakni masuk dalam kategori rendah. Terdapat tiga kriteria kepercayaan diri peserta didik diantaranya:

Tinggi : 80-120

Sedang : 40-79

Rendah : 0-39

Sikap peserta didik yang memiliki percaya diri rendah ditandai dengan adanya menyimpan rasa takut/ khawatir terhadap penolakan ditandai dengan masih banyak peserta didik yang enggan bertanya saat tidak mengerti dengan suatu pelajaran saat jam pelajaran berlangsung, peserta didik yang sulit menerima realita diri atau memandang lemah kemampuan diri ditandai dengan mereka lebih memilih diam saat dimintai pendapat mengenai pelajaran oleh guru padahal sebenarnya mereka mampu, peserta didik cenderung membiarkan orang lain mengerjakan suatu pekerjaan yang diberikan oleh guru karena merasa orang lain lebih mampu dari dirinya. peserta didik merasa takut gagal, ditandai dengan enggan memasang target untuk suatu keberhasilan, contoh enggan maju kedepan ketika guru meminta ia mengerjakan sesuatu,



peserta didik menempatkan dirinya sebagai yang terakhir ditandai dengan lebih memilih tempat duduk di belakang dari pada di depan karna menghindari guru menunjuk dirinya melakukan sesuatu lebih dahulu dibanding teman-teman lainnya.

Sebagaimana ciri-ciri peserta didik yang memiliki percaya diri peserta menurut Imas Mastuti sebagai berikut:

- a. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lai.
- b. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- c. Memiliki harapan yang terealistik terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetep mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.
- d. Memiliki internal locul of control (memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung/mengharapkan bantuan orang lain.<sup>18</sup>

Jika masalah ini terus dibiarkan kemungkinan yang akan terjadi peserta didik sulit untuk mengembangkan potensi yang dimiliki, tidak mampu mengungkapkan pendapat, takut dan cemas dan merasa dirinya berbeda dari orang lain. Adapun untuk mengatasi permasalahan sejauh ini penanganan yang di lakukan oleh guru BK yaitu dengan mengadakan layanan informasi dan klasikal. Karena dengan layanan informasi hanya memberikan pengetahuan serta dorongan kepada peserta didik. Oleh karena itu dalam

---

<sup>18</sup> Septi Rahayu, "Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok", (Jurnal Skripsi Program Stara 1 Universitas Negeri Semarang UNNES , 201). h. 19

mengatasi masalah percaya diri harus menggunakan berbagai layanan-layanan dan teknik-teknik konseling agar lebih efektif.

Kepercayaan diri merupakan hal terpenting yang harus dimiliki peserta didik. Kepercayaan diri yang baik akan membuat individu dapat mengembangkan potensi yang ia miliki secara optimal. Sifat tidak mampu menyampaikan pendapat pada dasarnya karena minimnya percaya diri seseorang. Karena pada dasarnya peserta didik ingin melakukan itu akan tetapi karena tidak percaya diri maka peserta didik diam saja, karena perasaan takut, cemas, minder, sehingga sesudah itu, akan menyesali keadaannya yang tidak mampu berbicara dan mengungkapkan apa yang ada di benaknya. Apalagi ketika apa yang akan diungkapkan tersebut ternyata disampaikan oleh orang lain maka peserta didik langsung menyesali tindakan diam yang diambilnya.

Berdasarkan pernyataan tersebut salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh penulis untuk meningkatkan sikap percaya diri peserta didik yaitu pemberian konseling kelompok dengan teknik *client centered* agar peserta didik dapat meningkatkan kepercayaan dirinya.

## **B. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah adalah suatu tahap permulaan dari penguasaan masalah dimana suatu objek tertentu dalam situasi tertentu dapat kita kenali sebagai suatu masalah. Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Terdapat 14 peserta didik kelas X SMK Negeri 5 Bandar Lampung yang kurang memiliki rasa percaya diri.
2. Terdapat peserta didik yang masih kurang mempunyai sikap percaya diri dalam mengaplikasikan kemampuannya di hadapan guru maupun peserta didik lainnya.
3. Rendahnya sikap kepercayaan diri pada peserta didik dalam proses kegiatan belajar mengajar sehingga mengganggu perkembangan peserta didik untuk mengembangkan potensinya.

#### **C. Pembatasan Masalah**

Untuk menghindari terlalu meluasnya pembahasan masalah dan pembahasan lebih terarah, maka dalam penulisan ini hanya terfokus pada “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Client Centered* Untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas X SMKN 5 Bandar Lampung”

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah “Apakah Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Client Centered* Efektiv Dalam Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas X SMKN 5 Bandar Lampung?”

#### **E. Tujuan Penelitian**

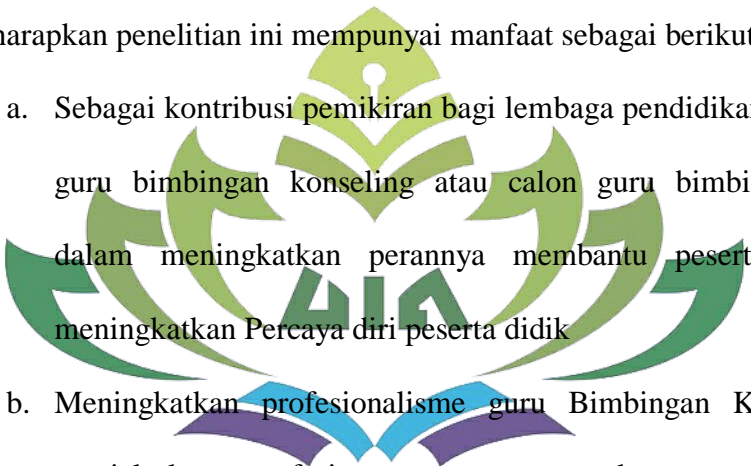
Pada dasarnya setiap tindakan baik itu berskala besar maupun kecil akan berhasil apabila disertai tujuan yang jelas dan telah direncanakan

sebelumnya, dengan demikian planning yang tepat sasaran yang akurat pasti akan menghasilkan suatu hasil yang maksimal.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Client Centered* Dalam Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas X SMKN 5 Bandar Lampung.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Diharapkan penelitian ini mempunyai manfaat sebagai berikut:

- 
- a. Sebagai kontribusi pemikiran bagi lembaga pendidikan ( sekolah ) dan guru bimbingan konseling atau calon guru bimbingan konseling dalam meningkatkan perannya membantu peserta didik dalam meningkatkan Percaya diri peserta didik
  - b. Meningkatkan profesionalisme guru Bimbingan Konseling dalam menjelaskan profesinya terutama untuk mengembangkan dan meningkatkan Percayadiri peserta didik.



## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. **Konseling Kelompok**

##### 1. **Pengertian Konseling Kelompok**

Pengertian konseling kelompok secara umum adalah pemberian bantuan kepada sekelompok siswa baik yang sudah ditentukan maupun yang sudah terbentuk apa adanya. Konseling kelompok menurut Sukardi adalah suatu teknik pelayanan konseling yang diberikan oleh pembimbing kepada sekelompok murid dengan tujuan membantu seorang atau sekelompok murid yang menghadapi masalah-masalah belajarnya dengan menempatkan dirinya didalam suatu kehidupan atau kegiatan kelompok yang sesuai.<sup>1</sup> Menurut Tohirin konseling kelompok adalah sebagai salah satu upaya pemberian bantuan kepada individu yang mengalami masalah-masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.<sup>2</sup>

Konseling kelompok merupakan upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli dapat memahami diri dan lingkungannya , mampu membuat keputusan dan

---

<sup>1</sup>Dewa Ketut Suardi, *Pengantar Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*,(Jakarta : Rineka Cipta,2008), h. 68.

<sup>2</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Marasah* (PT Raja Grafindo Persada, 2007), h.

menentukan tujuan berdasarkan nilai-nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif prilakunya.<sup>3</sup> Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan. Konseling kelompok bersifat memberi kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah sikap dan prilakunya agar selaras dengan lingkungannya.<sup>4</sup>

Sedangkan menurut Prayitno, konseling kelompok adalah layanan yang mengikuti sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok dengan mengaktifkan dinamika kelompok guna membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi atau pemecahan masalah individu yang sifatnya pribadi yang menjadi peserta kegiatan kelompok.<sup>5</sup>

Berdasarkan pengertian konseling kelompok diatas dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa konseling kelompok adalah bantuan yang diberikan seorang ahli atau konselor kepada konseli guna menyelesaikan permasalahan yang ada pada konseli, agar konseli dapat berkembang dengan optimal dalam situasi kelompok dengan mengaktifkan dinamika-dinamika kelompok.

---

<sup>3</sup> Ahmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar belakang*, (Bandung: Refika Aditama, 2007), h 24

<sup>4</sup> Ibid , h. 24

<sup>5</sup> Prayitno Sri, *Layanan Konseling, Layanan Bimbingan Kelompok, Konseling Kelompok*, (Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang), h.

## 2. Tujuan Konseling Kelompok

Menurut Dewa Ketut Sukardi, tujuan konseling kelompok meliputi:

- a. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak.
- b. Melatih anggota kelompok agar dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya.
- c. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota.
- d. Mengentaskan permasalahan-permasalahan anggota kelompok.<sup>6</sup>

Sedangkan menurut Prayitno dalam buku Thorin menjelaskan secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasinya. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkapkan di dinamika melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan komunikasi siswa berkembang secara optimal. Melalui layanan konseling kelompok ini juga dapat memecahkan masalah konseli dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Selanjutnya tujuan konseling kelompok secara khusus yaitu masalah pribadi peserta didik secara individu dapat diselesaikan dengan cara memberikan layanan konseling kelompok secara intensif dalam upaya

---

<sup>6</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Ibid*, h. 68i

pemecahan masalah tersebut, para peserta didik memperoleh dua tujuan sekaligus, yaitu:

- a. Berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sosialisasi serta komunikasi.
- b. Terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya pemecahan masalah tersebut bagi individu yang lain yang menjadi peserta layanan.

Berdasarkan uraian pengertian disimpulkan bahwa tujuan konseling kelompok adalah untuk mengembangkan potensi, melatih sosialisasi dan komunikasi dengan orang lain, mampu mengekspresikan diri dan mampu mengelola emosi serta memecahkan permasalahan individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

### **3. Komponen Konseling Kelompok**

Prayitno menjelaskan bahwa dalam konseling kelompok terdapat tiga komponen yang berperan, yaitu pemimpin kelompok, peserta atau anggota kelompok dan dinamika kelompok.

#### **a. Pemimpin kelompok**

Pemimpin kelompok adalah komponen penting dalam konseling kelompok. Dalam hal ini pemimpin bukan saja berperilaku dalam kelompok sesuai dengan kebutuhan melainkan harus tanggap terhadap segala perubahan yang berkembang dalam konseling tersebut. Dalam hal ini menyangkut adanya peran pimpinan konseling kelompok serta fungsi pemimpin kelompok.



Seperti diungkap oleh praitno pemimpin kelompok adalah orang yang mamapu menciptakan suasana sehingga anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah mereka sendiri.

Peran pemipin kelompok adalah memeberikan bantuan, pengarahan ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan konseling kelompok, memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang berkembang dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok, da sifat-sifat kerahsiaan dari kegiatan kelompok itu dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul didalamnya menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok.

b. Anggota kelompok

Anggota kelompok adlah dalah datu unsur pokok dalam kehidupan kelompok. Tanpa anggota tidaklah mungkin terbentuk sebuah kelompok. Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota kelompok dalam konseling kelompok. Untuk terselenggaranya konseling kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpula individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana seharusnya. Besarnya jumlah anggota , dan homogenitas anggota memepengaruhi kinerja kelompok. Sebaiknya jumlah kelompok tidak terlalu besar dan tidak terlalu kecil.

c. Dinamika kelompok

Selain pemimpin kelompok dan anggota kelompok, komponen kelompok yang tidak kalah penting adalah dinamika kelompok. Dalam

kegiatan konseling kelompok dinamika kelompok sengaja ditumbuhkembangkan, karena dinamika kelompok adalah interaksi interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerjasama antar anggota kelompok, berbagi pengetahuan, pengalaman dan pencapaian tujuan kelompok. Interaksi interpersonal inilah yang nantinya akan mewujudkan rasa kebersamaan diantara anggota kelompok, menyatukan kelompok untuk dapat lebih menerima satu sama lain, lebih saling mendukung dan cenderung untuk membentuk interaksi yang berarti dan bermakna dalam kelompok.

Cartwright dan Zander mendeskripsikan dinamika kelompok sebagai suatu bidang terapan yang dimaksudkan untuk peningkatan pengetahuan tentang sifat atau ciri kelompok, hukum perkembangan, interaksi dengan anggota kelompok lain, dan dengan anggota yang lebih besar.<sup>7</sup>

Menurut Prayitno faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas kelompok antara lain: tujuan dan kegiatan kelompok, jumlah anggota, kualitas pribadi masing-masing anggota kelompok, kedudukan kelompok, dan kemampuan kelompok dalam memenuhi kebutuhan untuk diterima, kebutuhan akan rasa aman, serta kebutuhan akan bantuan moral.<sup>8</sup>

Kehidupan kelompok dijiwai oleh dinamika kelompok yang akan menentukan gerakan dan arah pencapaian tujuan kelompok. Dinamika kelompok ini dimanfaatkan untuk mencapai tujuan konseling kelompok.

---

<sup>7</sup> Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok* (Jakarta: Balai Aksara, 1995), h. 178

<sup>8</sup> *Ibid*, h. 22

Konseling kelompok memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media dalam upaya membimbing anggota kelompok dalam suatu kelompok yang benar-benar hidup. Kelompok yang hidup adalah kelompok yang dinamis, bergerak dan aktif berfungsi untuk memenuhi suatu kebutuhan dan mencapai suatu tujuan.

#### 4. Asas-asas konseling Kelompok

Menurut Prayitno asas-asas yang digunakan dalam layanan konseling kelompok, yaitu sebagai berikut:

##### 1. Asas kerahasiaan

Segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui oleh anggota kelompok dan tidak disebarluaskan keluar kelompok.

##### 2. Asas kesukarelaan

Kesukarelaan anggota kelompok dimulai sejak awal pembentukan kelompok oleh pemimpin kelompok mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukturan tentang layanan konseling kelompok.

##### 3. Asas keterbukaan

Anggota kelompok secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu ataupun ragu.

#### 4. Asas kekinian

Asas kekinian memberikan aktual dalam pembahasan yang dilakukan, anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini.

#### 5. Asas kenormatifan

Asas kenormatifan dipraktikkan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi dan tatakrma dalam kegiatan kelompok, dan dalam mengenai isi bahasan.<sup>9</sup>

#### 5. Tahap-tahap Konseling Kelompok

Sebelum diselenggarakan konseling kelompok, ada beberapa tahap yang perlu dilaksanakan terlebih dahulu. Tahap penyelenggaraan konseling kelompok terdiri dari :

##### a. Tahap pembentukan

Tahap pembentukan merupakan persiapan pelaksanaan konseling, pada tahap ini terutama pada saat pembentukana kelompok, dilakukan dengan seleksi anggota. Ketentuan penting yang mendasar pada tahap ini adalah :

1. Adanya minat bersama (Common Interst), dikatakan demikian jika secara potensial anggota itu memiliki kesamaan masalah dan perhatian yang di bahas.

---

<sup>9</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling disekolah* (Jakarta: Rineka Cipta), h. 30



2. Suka rela atau inisiatifnya sendiri, karena hal ini berhubungan dengan hak pribadi siswa
3. Adanya kemauan berpartisipasi didalam proses kelompok
4. Mampu berpartisipasi dalam kelompok.

b. Tahap peralihan

Tujuan tahap ini adalah membangun rasa saling percaya yang mendorong anggota meghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor perlu memahami karakteristik dan dinamika kelompok yang terjadi pada tahap transisi. Peran konselor pada tahap ini adalah:

1. Menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok.
2. Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut.
3. Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut.

c. Tahap kegiatan

Tahap ini mengetaskan masalah anggota kelompok. Kegiatan ini meliputi setiap kelompok mengemukakan masalah pribadi yang perlu mendapatkan bantuan untuk pengetasanya. Klien menjelaskan lebih rinci masalah yang dialaminya. Semua anggota ikut merespon apa yang disampaikan anggota alin.

d. Tahap pengakhiran

Tahap ini biasanya disebut juga dengan tahap tendensi/ending dimana pada tahap ini semua kegiatan akan diakhiri namun tidak dalam artian

kegiatan berakhir begitu saja. Namun masih ada kegiatan selanjutnya yang bisa dilakukan diantaranya sebagai berikut:

1. Frekuensi pertemuan

Berkenaan dengan kegiatan ini hal yang paling urgent dilihat adalah berkaitan dengan frekuensi pertemuan yang akan dilakukan selanjutnya, karena untuk mendapatkan hasil yang memuaskan tentunya tidaklah bisa dilakukan dengan hanya sekali pertemuan saja akan tetapi hasil yang sempurna akan dicapai jika itu dilakukan lebih dari satu kali.

2. Pembahasan keberhasilan kelompok

Pada kegiatan ini semua kegiatan kelompok harus dipustakan pada pembahasan dan penerapan hal-hal yang telah mereka dapatkan dan pelajari mulai dari awal kegiatan sampai dengan akhir kegiatan agar mereka dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.

## ***B. Client Centered***

1. **Pengertian *Client Centered***

Menurut Sofyan Willis client centered therapy sering juga disebut psikoterapi Non-directive yaitu suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dan konseli, agar tercapai gambaran yang serasi antara ideal self (diri yang ideal) dengan actual self (diri klien sesuai kenyataan yang sebenarnya).<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Sofyan willis, konseling individual: teori dan praktek , alfabeta, bandung, 2004, h 63

Menurut Prayitno dan Erman Amti client centered therapy adalah klien diberi kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikirannya secara bebas. Pendekatan ini juga mengatakan bahwa seseorang yang mempunyai masalah pada dasarnya tetap memiliki potensi dan mampu mengatasi masalahnya sendiri.<sup>11</sup> Jadi client centered therapy adalah terapi yang berpusat pada diri client, yang mana seorang konselor hanya memberikan terapi serta mengawasi klien pada saat mendapatkan pemberian terapi tersebut agar klien dapat berkembang atau keluar dari masalah yang dihadapinya atau disebut juga dengan konselor hanya sebagai fasilitator.

Pendekatan person centered therapy merupakan dikembangkan oleh Carl Ranson Rogers pada awal tahun 1940-an. Pada awalnya, konseling yang berkembang pada saat itu menggunakan nama konseling nondirektif (nondirective counseling) yang dikembangkan oleh para ahli psikologi perilaku dan psikologi analitis. Rogers berusaha untuk membantah bahwa konselor adalah orang yang tahu segalanya. Menurutnya konseli adalah orang yang mampu mengarahkan dirinya sendiri. Pada tahun 1942, setelah berpraktek konseling individual, Rogers kemudian mengembangkan suatu yang sistematis mengenai kepribadian manusia. Selanjutnya teori yang telah dikembangkannya diaplikasikanya dalam praktek sehari-hari. Teori ini

---

<sup>11</sup> Suerlin Setyawati And Universitas Muhammmadiyah Yogyakarta, "Konseling Kelompok Dengan Teknik Client Centered Therapy Dalam Meningkatkan," N.D.

kemudian ia beri nama pendekatan atau terapi yang berpusat pada konseli (*client centered aproach*).

Pendekatan ini memandang bahwa semua manusia adalah unik dan mempunyai kemampuan untuk meraih sesuatu dengan segala potensi yang dimilikinya. Kemampuan serta potensi ini dimiliki oleh setiap manusia dan selalu diharapkan untuk dapat dicapai. Rogers juga memandang bahwa manusia mempunyai kecenderungan untuk dapat mengaktualisasikan dirinya serta dapat mengarahkan dirinya sendiri. Maslow mengatakan manusia walau masih bayi mempunyai kecenderungan untuk mengaktualisasikan diri. Dengan demikian keunikan manusia pada umumnya adalah adanya kecenderungan untuk berusaha mengaktualisasikan dirinya.<sup>12</sup>

Setiap individu memiliki kemampuan dalam diri sendiri untuk mengerti diri, serta menangani masalah-masalah psikis asalkan konselor menciptakan kondisi yang dapat mempermudah perkembangan individu untuk aktualisasi diri. Manusia yang sadar dan rasional tidak lagi dikontrol oleh masa kanak-kanak. Masa lampau memang mempengaruhi cara bagaimana seseorang memandang masa sekarang dan juga akan mempengaruhi kepribadiannya, namun ia tetap berfokus pada apayang terjadi masa sekarang bukan masa lampaunya. Pendekatan client centered merupakan upaya bantuan yang penyelesaian masalahnya berpusat pada konseli. konseli diberi

---

<sup>12</sup> Hartono, boy soedarmadji, psikologi konseling edisi revisikencana prenada media grup, suarabaya, 2012, h 151-154



kesempatan untuk mengungkapkan permasalahan-permasalahan, permasalahan, pemikiran yang ada pada dirinya secara bebas.

Berdasarkan uraian diatas dapat diperjelas bahwa pendekatan klien centered merupakan salah satu teknik bimbingan dan konseling yang lebih menekankan pada aktivitas konseli dan tanggung jawab konseli sendiri. Sebagian besar proses konseling diletakkan dipundak konseli untuk memecahkan permasalahan yang mereka hadapi, sedangkan konselor hanya berperan sebagai partner dalam membantu dan merefleksikan sikap dan peran-peranya untuk mencari serta menemukan cara yang terbaik dalam pemecahan masalah konseli.

## **2. Tujuan Konseling *Client Centered***

Konseling Client Centered bertujuan untuk membina kepribadian klien secara integral, berdiri sendiri, dan mempunyai kemampuan untuk memecahkan masalahnya sendiri.

## **3. Kelemhan dan Kelebihan Konseling *Client centered***

Pendekatan *client centered* yang dikembangkan oleh Carl Rogers mempunyai lebihan dan kelemahan:

### **a. Kelebihan**

1. Pendekatan ini menekankan bahwa konselin dapat menentukan keberhasilan maupun kegagalan proses konseling.
2. Pendekatan ini mengajarkan bahwa konseli diberi kebebasan untuk merubah dirinya sendiri.
3. Menekankan pentingnya hubungan antara pribadi dalam proses konseling

4. Konselor berperan untuk mengarahkan dan menunjukan sikap penuh pemahaman dan penerimaan.<sup>13</sup>

**b. Kekurangan**

1. Terkadang seolah-olah konseli merasa tidak diarahkan dan merasa tidak adanya tujuan yang jelas dari proses konseling, apalagi jika tidak adanya pengarahan dan saran dari konselor.
2. Pendekatan *client centered* dianggap terlalu terikat pada lingkungan kebudayaan Amerika Serikat, yang sangat menghargai kemandirian seseorang dalam mengembangkan potensi dalam kehidupan masyarakat.
3. Konseling *client centered* yang beraliran ortodok akan sulit di terapkan pada siswa dan mahasiswa, serta jarang dilaksanakan dalam institusi pendidikan Indonesia<sup>14</sup>

**4. Teknik-teknik Konseling Client Centered**

Pendekatan konseling *client centered* merupakan proses konseling yang sangat fleksibel dan sangat bergantung pada proses komunikasi antara konselor dan konseli. Kondisi konseling dalam pendekatan ini dapat terlihat pada proses antara konselor dan konseli harus ada kontak psikologis. Corey mengatakan bahwa seorang konselor harus memperlihatkan berbagai keterampilan interpersonal yang dibutuhkan dalam proses konseling. Keterampilan-keterampilan tersebut meliputi:

<sup>13</sup> Corey Geral, *Teori dan Praktek Konseling Psikoterpi*, aditama, bandung, 2009 h 13

<sup>14</sup> *Ibid* 13

- a. Mendengar aktif, yakni memperhatikan perkataan konseli, sensitif terhadap kata atau kalimat yang diucapkan oleh konseli, intonasi serta bahasa tubuh konseli.
- b. Mengulang kembali, yaitu mengulang perkataan konseli menggunakan kalimat yang berbeda.
- c. Memperjelas adalah merespon pernyataan atau pesan konseli yang membingungkan dan tidak jelas, dengan memfokuskan pada isu-isu utama dan membantu individu tersebut untuk menemukan dan memperjelas perasaan-perasaan yang bertolak belakang.
- d. Menyimpulkan, yaitu keterampilan konselor untuk menganalisis seluruh elemen-elemen penting yang muncul dalam seluruh atau bagian sesi konseling. Kemampuan ini sangat dibutuhkan pada saat proses transisi dari satu topik ke topik lainnya.
- e. Bertanya, teknik bertujuan untuk menggali informasi yang lebih dalam dari konseli.
- f. Menginterpretasi adalah kemampuan konselor dalam menginterpretasikan pikiran, perasaan, atau tingkah laku atau tingkah laku konseli yang bertujuan untuk memberikan perspektif alternatif dan baru.
- g. Konfrontasi yaitu cara yang kuat untuk menantang konseli untuk melihat dirinya secara jujur.
- h. Merefleksikan perasaan adalah kemampuan merespon terhadap esensi perkataan konseli.

- i. Memberikan dukungan adalah upaya memberikan penguatan kepada konseli, terutama ketika mereka berhasil membuka informasi-informasi personal.
- j. Berempati, merupakan kemampuan memimpin kelompok untuk sensitif terhadap hal-hal subjektif konseli. untuk dapat melakukan empati konselor harus memiliki perhatian dan penghargaan terhadap konseli.
- k. Memfasilitasi, teknik ini bertujuan untuk memperdayakan konseli untuk mencapai tujuan-tujuannya.
- l. Memulai, keterampilan untuk memulai kegiatan dalam proses konseling, seperti diskusi, menentukan tujuan, mencari alternatif solusi dan sebagainya.
- m. Menentukan tujuan konselor harus menstimulasi konselinya menentukan dan memperjelas tujuan-tujuan yang akan akan di capai dalam konseling.
- n. Mengevaluasi, keterampilan ini mengevaluasi keseluruhan, karena evaluasi merupakan kegiatan yang berkelanjutan.
- o. Memberikan umpan balik.
- p. Menjaga yaitu upaya konselor klienya dari kemungkinan resiko-resiko psikologis dan fisik yang tidak perlu.
- q. Mendekatkan diri, yaitu kemampuan membuka informasi-informasi personal dengan dengan tujuan membuat konseli menjadi lebih terbuka.
- r. Mencontohkan model, yaitu konseli belajar observasi tingkah laku konselor. Untuk itu konselor harus dapat menampilkan nilai-nilai

kejujuran, penghargaan, keterbukaan, mau mengambilkan resiko dan asertif.

- s. Mengakhiri yaitu keterampilan konselor untuk menentukan waktu dan cara mengakhiri kegiatan konseling. Keterampilan ini dibutuhkan untuk menutup sesi konseling.<sup>15</sup>

### C. Percaya Diri

#### 1. Pengertian Percaya Diri

Para ahli mengungkapkan beberapa definisi tentang percaya diri. Anita Lie mengungkapkan bahwa percaya diri yaitu yakin akan kemampuannya untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah. Menurut Hakim percaya diri adalah keakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Menurut Santrock, percaya diri adalah definisi evaluatif yang menyeluruh dari diri. Menurut Anthony dalam buku teori-teori psikologi, berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesabaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.<sup>16</sup>

<sup>15</sup> Gantina dkk, *Teori dan Praktek Konseling*, Indeks Jakarta, 2011, h 261-275

<sup>16</sup> M. Nur Ghufon & Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakata: AR-RUZ Media, 2012), h. 34



Lauster mengungkapkan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup dan berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu dengan baik. Dengan kepercayaan diri yang baik seseorang akan dapat mengaktualisasikan potensi-potensi yang ada dalam dirinya.<sup>17</sup>

Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah akan timbul pada manusia.<sup>18</sup>

Berdasarkan definisi diatas dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan optimis dalam melakukan segala aktivitasnya dan mempunyai tujuan yang realistis, artinya individu tersebut akan membuat tujuan hidup yang akan mampu untuk dilakukan sehingga apa yang direncanakan akan dilakukan dengan keyakinan akan berhasil atau akan mencapai tujuan yang telah ditetapkanya.

Percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang kemampuan dirinya untuk mengembangkan nilai positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yaang dihadapinya. Dimana individu merasa memiliki kopetensi, yakni, mampu dan percaya ia bisa

---

<sup>17</sup> Anugrahening Kushartanti, "Perilaku Menyontek Ditinjau Dari Kepercayaan Diri," *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi* 11, no. 2 (2009): 38–46, <http://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/1658/1180>.

<sup>18</sup> Tina Afiatin and Sri Mulyani Martaniah, "Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok," *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 3, no. 6 (1998): 66–79, <http://jurnal.uui.ac.id/index.php/Psikologika/article/viewFile/8466/7192>.

karena didukung oleh pengalaman, potensi actual, prestasi, serta harapan yang realistik terhadap diri sendiri.

Hidup sangat diperlukan percaya diri untuk mencapai sebuah kesuksesan. Kunci untuk mendapatkan percaya diri adalah dengan memahami diri sendiri. Individu harus yakin akan kemampuan dan potensi yang ada dalam dirinya, jangan sampai rasa pesimis dan cemas selalu menghantui perasaan. Setiap individu harus yakin bahwasannya manusia merupakan makhluk yang paling sempurna yang telah diciptakan Allah dimuka bumi ini.

Individu yang percaya diri akan menyadari bahwa kelemahan adalah suatu hal yang wajar dimiliki oleh setiap individu, karena individu yang percaya diri akan mengubah kelemahan yang dimiliki menjadi motivasi untuk mengembangkan kelebihan dan tidak akan membiarkan kelemahannya tersebut menjadi penghambat dalam mengaktualisasikan kelebihan yang dimilikinya.

Dengan demikian, percaya diri adalah kesadaran individu akan kelebihan dan kelemahan yang dimilikinya dan kesadaran tersebut membuatnya merasa yakin pada kemampuan yang dimiliki, menerima diri, bersikap optimis dan berfikir positif sehingga dapat bertindak sesuai dengan kapasitas dan mampu mengendalikannya.

## 2. Ciri-Ciri Individu Yang Memiliki Percaya Diri

- A. Individu yang memiliki rasa percaya diri akan menunjukkan gejala-gejala percaya diri dalam setiap tindakan.

Menurut Mastuti, ada beberapa cirri atau karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri.

- a. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lain.
- b. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- c. Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung/mengharapkan bantuan orang lain.
- d. Memiliki harapan yang terealistik terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.<sup>19</sup>

Sedangkan Imas Mastuti mengungkapkan beberapa ciri-ciri atau karakteristik individu yang kurang percaya diri sebagai berikut:

- a. Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun dilain pihak

---

<sup>19</sup> Septi Rahayu, "Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok", (Jurnal Skripsi Program Stara 1 Universitas Negeri Semarang UNNES, 201). h. 19

memasang harapan yang tidak realistik terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitar.

- b. Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan. Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistik terhadap diri sendiri.
- c. Selalu menempatkan atau memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu, mudah menyerah pada nasib, Sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain (*external locus of control*).
- d. Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil.<sup>20</sup>

Individu yang tidak memiliki rasa percaya diri akan memiliki ketidak yakinan terhadap dirinya, sehingga ia merendahkan dirinya karena menganggap orang lain lebih mampu dari dirinya. individu tersebut cenderung menunjukkan sikap yang psimis terhadap dirinya sendiri.

### 3. Faktor penyebab kurang percaya diri

Individu yang mengalami kurang percaya diri disebabkan oleh berbagai faktor. Menurut Heru Mugiasro mengemukakan faktor penyebab kurang percaya diri antara lain sebagai berikut:

1. Perasaan tidak mampu untuk berbuat lebih baik, dalam segala hal.

---

<sup>20</sup> Ibid, 24

2. Tidak percaya bahwa dirinya memiliki kelebihan.
3. Merasa curiga terhadap oranglain.
4. Beranggapan bahwa orang lainlah yang harus berubah.
5. Menolak tanggung jawab hidup untuk mengubah diri menjadi lebih baik.
6. Lingkungan yang kurang memberikan kasihyang/penghargaan terutama pada masa kanak-kanak dan pada masa remajanya.
7. Lingkungan yang menerapkan kedisiplinan yang otoriter, tidak memberikan kebebasan berfikir, memilih berbuat.
8. Kegagalan/kekecewaan yang berulang kali tanpa diimbangi dengan optimisme yang memadai.
9. Keinginan untuk mencapai kesempurnaan dalam segala hal (idealisme yang tidak realistis)
10. Sikap orang tua yang memeberikan pendapat dan evaluasi negatif terhadap perilaku dan kelemahan anak.<sup>21</sup>

Berdsarkan faktor penyebab kurang percaya diri yang telah diungkapkan oleh para ahli diatas, dapat disimpulkan faktor penyebab individu kurang percaya diri adalah:

a. Faktor intern

Faktor intern adalah kemampuan dalam mengerjakan sesuatu yang mampu dilakukan dan dicita-citakan, keinginan dan tekadyang kuat untuk

---

<sup>21</sup> Heru Mugiarto, *Bimbingan dan Konseling*, (Semarang : UPT UNNES Press, 2008). H. 46.



memperoleh sesuatu yang diinginkan dapat terwujud. Fktor intern ini berasal dari dalam diri individu sendiri bukan dari lingkungan.

b. Faktor ekstern

Faktor ekstern merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu. Lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat dan sosial, dapat menyebabkan seseorang individu kurang memiliki kepercayaan diri. Lingkungan sosial remaja memberikan pengaruh yang kuat terhadap pembentukan rasa percaya diri. Salah satu lingkungan sosial remaja memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri adalah lingkungan teman sebaya.

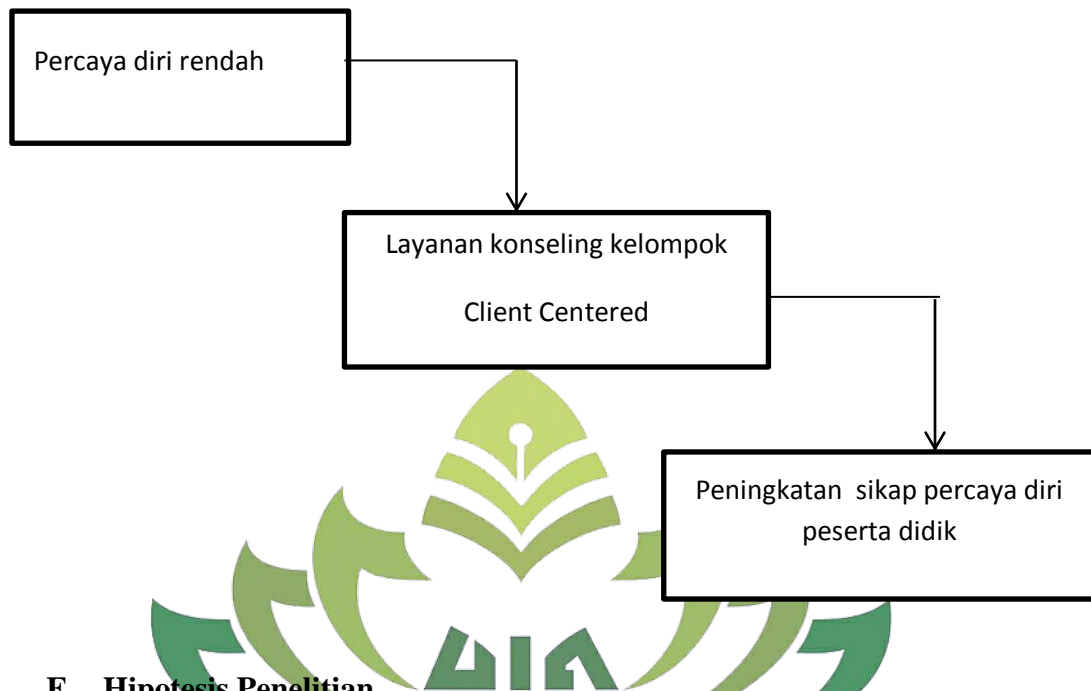
**D. Kerangka Berfikir**

Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah di deskripsikan. Menurut Sugiono kerangka pemikiran merupakan sintesis tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang di deskripsikan.<sup>22</sup> Kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah bahwa penerapan layanan konseling kelompok untuk mengatasi sikap kurang percaya diri peserta didik dengan teknik *client centered* diharapkan dapat membantu peserta didik untuk menerima dan memahami berbagai informasi berkenaan dengan pengertian, fungsi, dan penting dalam memiliki sikap percaya diri. Berikut ini merupakan kerangka berfikir dalam penelitian

---

<sup>22</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), h. 60.

**Gambar 1**  
**Kerangka berpikir**



#### **E. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian seperti terbukti melalui data yang dikumpul.<sup>23</sup> Hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *client centered* dapat meningkatkan sikap percaya diri peserta didik kelas X SMKN 5 Bandar Lampung.

Berdasarkan hipotesis penelitian diatas, penulis mengajukan hipotesis statistik penelitian ini sebagai berikut:

<sup>23</sup> Suharsini Aikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan praktik* (Rineka Cipta, 2006), h.

Ho : Konseling Kelompok dengan Teknik *Client Centered* tidak efektif untuk meningkatkan sikap percaya diri peserta didik kela X SMKN 5 Bandar Lampung.

Ha : Konseling Kelompok dengan Teknik Latihan *Client Centered* efektif untuk meningkatkan sikap percaya diri peserta didik kela X SMKN 5 Bandar Lampung.

Berikut hipotesis statistiknya:

Ho :  $\mu_1 = \mu_2$

Ha :  $\mu_1 \neq \mu_2$

$\mu_1$  = Perilaku peserta didik sebelum menggunakan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered*

$\mu_2$  = Perilaku peserta didik sesudah menggunakan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered*

#### F. Kajian Relevan

1. Septi Rahayu Purwati dengan judul “Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VIII F SMP Negeri 2 Karangpucung Cilacap” penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang perkembangan kepercayaan diri selama proses diberikannya layanan konseling kelompok pada siswa kelas VIII F SMP Negeri 2 Karangpuncung Cilacap. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan bibingan dan konseling dengan melaksanakan dua siklus. metode pengumpulan data yang digunakan yaitu skala kepercayaan diri dan observasi.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis data kuantitatif yaitu deskriptif persentase dan uji wilcoxon serta kualitatif. Hasil uji wilcoxon menunjukkan  $T_{hitung}$  36 dan  $T_{tabel}$  4 sehingga  $T_{hitung} > T_{tabel}$ .  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan diri dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri sebelum diberikan konseling kelompok rata-rata sebesar 58,51% yang masuk dalam kategori sedang. Kepercayaan diri siswa diberikan layanan konseling kelompok mengalami peningkatan. Pada siklus 1 kepercayaan diri peserta didik mengalami peningkatan 8,77% dari kondisi awal, siklus 2 kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan sebesar 8,72% dan siklus 1 kepercayaan diri siswa setelah mendapatkan layanan konseling kelompok menjadi 76,00% yang masuk dalam kategori tinggi dengan peningkatan rata-rata sebesar 17,49% dari kondisi awal. Simpulan dari penelitian ini adalah masalah kepercayaan diri siswa dapat diatasi dengan layanan konseling kelompok. Saran kepada guru bk SMP Negeri 2 Karangpuncung diharapkan dapat memberikan layanan konseling terutama konseling kelompok sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan kepercayaan diri.<sup>24</sup>

2. Rico Asfany “ Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling kelompok Pendekatan *Client Centered* Pada Siswa Kelas X SMA Negeri Terbanggi

---

<sup>24</sup> Septi Rahayu Purwati, Skripsi, Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VIII F SMP Negeri 2 Karangpuncung Cilacap, 2013.

Besar Tahun Pelajaran 2015/2016” Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan rasa percaya diri melalui layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2015/2016. Masalah penelitian ini adalah rasa percaya diri rendah. Penelitian ini menggunakan metode *preeksperimental* dengan *one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian sebanyak 7 siswa yang memiliki rasa percaya diri rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan skala percaya diri. Hasil analisis data dengan uji *Wilcoxon*,  $z$  hitung =  $-2.366 < z$  tabel =  $1,645$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Terjadi peningkatan sebesar 68%. Kesimpulannya adalah layanan konseling kelompok pendekatan *client centered* dapat meningkatkan rasa percaya diri pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Terbanggi Besar tahun pelajaran 2015/2016.<sup>25</sup>

3. Arya Krishna Nugraha. Konseling Kelompok Berpusat Pada Klien Untuk Mengatasi Kenakalan Remaja Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 5 Karanganyar Tahun Ajaran 2016/2017. Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Sebelas Maret. Januari 2017. Tujuan Penelitian ini adalah untuk menguji keefektifan Konseling Kelompok Berpusat Pada Klien Untuk Mengatasi Kenakalan Remaja Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 5 Karanganyar Tahun Ajaran 2016/2017. Penelitian ini merupakan

---

<sup>25</sup> Rico Asfany , Skripsi, “Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling kelompok Pendekatan *Client Centered*, 2016.



penelitian eksperimen semu (Quasi Eksperimental Design). Subjek penelitian adalah Peserta Didik kelas VIII SMP Negeri 5 Karanganyar yang memiliki kenakalan remaja tinggi. Subjek penelitian berjumlah 16 Peserta Didik yang terbagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, 8 Peserta Didik untuk kelompok eksperimen dan 8 Peserta Didik untuk kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan adalah angket kenakalan remaja untuk melaksanakan pretest dan posttest. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data menggunakan teknik Mann Whitney, Wilcoxon. Hasil analisis menunjukkan bahwa hasil uji wilcoxon yang diperoleh hasil 0,012. Pada taraf signifikansi 0,05 berarti  $0,012 < 0,05$ . Artinya, terdapat perbedaan skor antara skor pretest dengan skor posttest pada kelompok eksperimen. Hal tersebut menunjukkan bahwa konseling kelompok berpusat pada klien efektif untuk menurunkan kenakalan remaja pada Peserta Didik kelas VIII SMP Negeri 5 Karanganyar tahun ajaran 2016/2017. Kata kunci: Konseling Kelompok Berpusat Pada Klien, Kenakalan Remaja ABSTRACT Arya Krishna Nugraha.<sup>26</sup>

4. Yulianton Ashzar Ibrahim, "Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017" Masalah dalam

---

<sup>26</sup> Nugraha, Arya Krishna, *Keefektifan Konseling Kelompok Berpusat Pada Klien Untuk Mengatasi Kenakalan Remaja Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 5 Karanganyar Tahun Ajaran 2016 / 2017*. Other Thesis, Universitas Sebelas Maret, 2017,

penelitian ini percaya diri dalam belajar siswa rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penggunaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan rasa percaya diri dalam belajar pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017. Metode penelitian adalah metode pre eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest* dan dianalisis dengan statistik non parametrik menggunakan uji Wilcoxon. Subyek penelitian sebanyak 7 orang siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Bandar Lampung yang memiliki rasa percaya diri dalam belajar yang rendah. Hasil yang diperoleh dalam penelitian menunjukkan rasa percaya diri siswa mengalami peningkatan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok. Hal ini ditunjukkan dari hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh  $z_{hitung} = -2,371$  dan  $z_{tabel} 0,05 = 1,645$  dengan taraf signifikansi  $p = 0,018$  dan peningkatannya setara dengan 34%. Karena  $z_{hitung} < z_{tabel}$  maka,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat peningkatan signifikan antara skor percaya diri sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok kepada subjek penelitian.<sup>27</sup>

---

<sup>27</sup> Yulianton Ashzar Ibrahi, Skripsi, “*Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017*”, 2017

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Metode Penelitian

Metodelogi adalah ilmu tentang kerangka kerja untuk melaksanakan penelitian dalam upaya memperoleh kebenaran yang di dasari oleh proses berfikir ilmiah yang dituangkan dalam metode ilmiah<sup>1</sup>. Pengertian metode penelitian secara umum diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu, terdapat empat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu cara ilmiah, data, tujuan dan kegunaan.<sup>2</sup>

Metodelogi merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu, penggunaan metode ini di maksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dipertanggung jawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif, dalam Laila Maharani, Hardiansyah Masya, Miftahul Janah, pendekatan kuantitatif yaitu “metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik

---

<sup>1</sup> Juliansyah Noor, *Metodelogi penelitia Skripsi, Tesis, disertasi dan Karya Ilmiah* (Jakarta Kencana Prenada Media Grup, 2011), h 22.

<sup>2</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*, (Bandung, Alfabeta, 2010), h. 3

pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah diterapkan”.<sup>3</sup>

Desain eksperimen dalam penelitian ini menggunakan eksperimen semu/kuasi eksperimen. Desain eksperimen adalah rancangan yang sistematis yang disusun terlebih dahulu yang dapat digunakan oleh peneliti sebagai pedoman dalam melaksanakan eksperimen itu sendiri sehingga data yang diperoleh meyakinkan untuk dapat dijadikan bahan merumuskan suatu generalisasi.<sup>4</sup> Eksperimen merupakan kegiatan percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang akan muncul pada kondisi tertentu.

Menurut Arikunto penelitian eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi faktor-faktor lain yang mengganggu. Eksperimen selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat suatu perlakuan.<sup>5</sup>

Penelitian eksperimen ini bertujuan untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered* efektif untuk mengatasi

---

<sup>3</sup> Laila Maharani, Hardiyansyah Masya Miftahul Jannah “Peningkatan Keterampilan sosial Peserta Didik SMA Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi” (online), diakses tanggal 21 September 2018. Pukul 13.23

<sup>4</sup> Yuberti Antomi Siregar, *Pengantar Metodologi Penelitian Pendidikan Matematika dan Sains*, (Bandar Lampung ,Aura CV. Anugerah Utama Raharja, 2017), h. 49

<sup>5</sup> Suharsimi Arikunto, *Proses Penelitian Suatu Pendekatan praktik*, (Jakarta, Rineka Cipta, 2006), h. 3

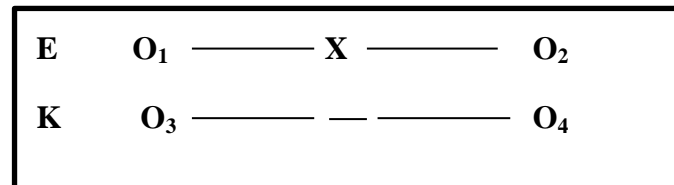
sikap kurang percaya diri pada peserta didik kelas X SMKN 5 Bandar Lampung. Tahun ajaran 2017/2018. Dengan menggunakan pemberian layanan konseling kelompok menggunakan teknik *Client Centered* dalam jangka waktu tertentu sesuai dengan rencana yang telah ditentukan, diharapkan dapat diketahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered* efektif untuk mengatasi sikap kurang percaya diri peserta didik kelas X di SMKN 5 Bandar Lampung.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis desain penelitian *Quasi Eksperimen Design*. Bentuk desain quasi eksperimental dalam penelitian ini adalah *non-equivalent control group desain*. rancangan ini hampir sama dengan *pretest-posttest control group*, tetapi subjek yang diambil tidak secara random, baik untuk kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol.

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian desain 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kedua kelompok tersebut sama-sama dilakukan *pretest* dan *post test* yaitu subjek dikenakan 2 kali pengukuran, pengukuran menggunakan (format skala percaya diri rendah). Pertama dilakukan untuk mengukur tingkat percaya diri rendah pada peserta didik sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered (pretest)* dengan kode O<sub>1</sub> kemudian subjek diberikan perlakuan berupa layanan konseling menggunakan teknik *client centered (posttest)* dengan diberikan kode O<sub>2</sub>. Dengan melakukan pretest dan posttest



maka dapat diketahui apakah perlakuan yang diberikan dapat mengurangi rendahnya tingkat percaya diri pada peserta didik.



**Gambar 2. pola non-equivalent control group design.<sup>6</sup>**

Dengan adanya *pretest* sebelum perlakuan, baik untuk kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol ( $O_1$ ,  $O_3$ ), dapat digunakan sebagai dasar dasara dalam menentukan perubahan. Disamping itu, dapat pula menimbulkan atau mengurangi kecondongan seleksi (*selection bias*). Pemberian *posttest* pada akhir kegiatan akan dapat menunjukan seberapa jauh akibat perlakuan (X). Hal ini dilakukan dengan cara mencari perbedaan skor  $O_2-O_1$  sedangkan pada kelompok kontrol ( $O_4-O_3$ ) perbedaan itu bukan karna perlakuan. Perbedaan  $O_2$  dan  $O_4$  akan memberikan gambaran lebih baik akibat perlakuan X setelah memperhitungkan selisih  $O_3$  dan  $O_1$ .<sup>7</sup>

Penggunaan desain ini adalah untuk mengetahui efek dari perlakuan yang diberikan dalam bentuk konseling kelompok dengan teknik *Client Centered*

<sup>6</sup> Sugiono, *Ibid* 112

<sup>7</sup> Muri yusuf, *Metode Penelitian kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*, (jakarta, Kencana, 2014) h. 185-186

Keterangan :

E : Kelompok Eksperimen

K : Kelompok Kontrol

O<sub>1</sub> : *Pre Test* yaitu pengukuran percaya diri awal sebelum peserta didik diberikan perlakuan dengan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *Client Centered* pada kelompok kelas eksperimen.

O<sub>2</sub> : *Posttest* yaitu pengukuran akhir sikap percaya diri setelah diberikan perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered* pada kelompok kelas eksperimen.

X : Perlakuan konseling menggunakan layanan konseling kelompok

O<sub>3</sub> : *Pre Test* yaitu pengukuran percaya diri awal sebelum peserta didik diberikan layanan konseling kelompok kelas kontrol.

O<sub>4</sub> : *Posttest* yaitu pengukuran akhir sikap percaya diri setelah diberikan layanan konseling kelompok pada kelompok kelas kontrol.

Rancangan yang akan dilaksanakan oleh penulis yaitu:

1. Melakukan pre test, yaitu pengukuran (dengan mengisi format skala percaya diri) kepada sampel peneliti sebelum diberikan perlakuan yang berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered*.
2. Memberikan perlakuan X Kepada peserta didik menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered*.

3. Melakukan post test setelah pemberian perlakuan untuk mengetahui hasil apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered* efektif untuk mengatasi sikap kurang percaya diri pada peserta didik.
4. Melakukan proses analisis data dengan menggunakan uji-Z.

## B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah objek suatu penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Penelitian ini akan dilaksanakan pada dua variabel yaitu: (a) variabel bebas, dan (b) variabel terikat.

### a. variabel bebas

Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Dalam penelitian ini variabel bebas adalah konseling kelompok dengan *Client Centered*.

### b. variabel terikat

variabel terikat adalah merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikat adalah kepercayaan diri peserta didik.

## C. Definisi Operasional

**Tabel 2**  
**Definisi operasional**

Variabel	Definisi operasional	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala ukur
Independen (konseling kelompok dengan	Konseling elompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang		Intervensi konseling kelompok	Intervensi individu yang diberikan	Nominal

menggunakan teknik <i>Client Centered</i> (X)	bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan kepada pemberian kemudahan pada perkembangan dan pertumbuhannya. Pendekatan client centered dapat diterapkan terhadap peserta didik yang mengalami kesulitan dalam refleksi atau percaya diri dalam mengungkapkan perasaan dan pikiran secara verbal, dalam keberanian untuk mengambil inisiatif terhadap perkembangan arah hidupnya, serta cenderung menunggu petunjuk tentang apa yang sebaiknya mereka lakukan. Proses konseling kelompok dilakukan secara terencana yakni 6x pertemuan selama 3 minggu dengan masing-masing waktu 45-60 menit dalam setiap kali pertemuan	konseling kelompok			
Dependen (Percaya Diri) (Y)	Percaya diri adalah keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat individu merasa mampu untuk bisa menggapai tujuan dalam hidupnya.	Kuisisioner (skala percaya diri) terdiri dari 30 butir pernyataan	Mengisi kuisisioner	Skor percaya diri dari 0-120	Interval

## **D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling**

### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>8</sup> Populasi yang menjadi objek penelitian adalah kelas X textile dan X otomotif yakni berjumlah 66 peserta didik.

### **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.<sup>9</sup> Selain itu Ferguson mengemukakan sampel adalah beberapa bagian kecil atau cuplikan yang ditarik dari populasi.<sup>10</sup> Sampel penelitian ini penulis menggunakan sampel purposive sampling, sampel yang diambil berjumlah 14 orang, 7 orang pada kelompok eksperimen dan 7 orang pada kelompok control.

### **3. Teknik Sampling**

Teknik sampling adalah teknik pengambilan data, pada penelitian ini penulis menggunakan purposive sampling, teknik sampel ini mempunyai suatu tujuan atau dilakukan dengan sengaja, cara menggunakan sampel diantara populasi sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya, penggunaan teknik ini senantiasa

---

<sup>8</sup> Sugiono, *Ibid*, h. 117

<sup>9</sup> Sugiono, *Ibid*, h. 118.

<sup>10</sup> Sedarmayati & Syarifudin Hidayat, *metode penelitian*, Bandung, Mandar Maju, h.124

berdasarkan kepada pengetahuan tentang ciri-ciri tertentu yang telah didapat dari populasi sebelumnya.<sup>11</sup> Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kelas X Textile dan kelas X Otomotif, berdasarkan beberapa pertimbangan karena kelas tersebut memenuhi kriteria sampel sebagai berikut:

- a. Peserta didik kelas X Textile dan kelas X Otomotif SMKN 5 Bandar Lampung.
- b. Berdasarkan rekomendasi dari guru BK
- c. Peserta didik mengalami percaya diri rendah
- d. Peserta didik bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Observasi**

Mengutip dari Anwar Sutoyo, pengertian observasi adalah metode pengamatan dan perhatian yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung terhadap objek yang sedang diteliti, dilakukan secara sistematis dan memiliki tujuan tertentu.<sup>12</sup>

### **2. Wawancara**

Wawancara adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk mendapatkan informasi secara langsung dengan mengungkapkan pertanyaan-pertanyaan

<sup>11</sup> Margono, Metode Penelitian Pendidikan, (jakarta: Rineka Cipta, 2014), h.58

<sup>12</sup> Anwar, Sutoyo, *Pemahaman Individu*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), h.85



kepada responden.<sup>13</sup> Wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab secara tatap muka antara pewawancara dengan narasumber dengan menggunakan alat bantu yang dinamakan panduan wawancara. Penulis melakukan wawancara dengan pihak-pihak terkait di sekolah untuk mengetahui proses bimbingan konseling melalui pendekatan pribadi.

### 3. Angket

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.<sup>14</sup>

Kuisisioner digunakan dalam penelitian ini agar data yang dibutuhkan dapat diperoleh dalam waktu yang relatif singkat, dengan biaya yang lebih rendah, namun data dapat diperoleh lebih banyak.<sup>15</sup>

Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif dengan pemberian skor pada setiap jawaban.

---

<sup>13</sup> Joko Subagyo, *Metode Penelitian dalam teori dan praktik* (jakarta: rineka cipta, 2015), h. 39

<sup>14</sup> Sugiyono, *Op.Cit.* h 199

<sup>15</sup> Defriyanto, Oki Dermawan, *Prevalensi Kesulitan Belajar Peserta didik di Madrasah Aliyah Negeri 1 Bandar Lampung*. (online) diakses tanggal 21 September 2018. Pukul 15.13

Pada penelitian ini, skala yang akan dibagikan pada siswa berisikan 4 alternatif jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Dengan memiliki masing-masing skor yang apabila pertanyaan positif maka jawaban sangat setuju (SS) skornya 4, jawaban setuju (S) skornya 3, jawaban tidak setuju (TS) skornya 2, jawaban sangat tidak setuju (STS) skornya 1, sebaliknya apabila pertanyaan negatif jawaban sangat tidak setuju (STS) skornya 4, jawaban tidak setuju (TS) skornya 3, jawaban setuju (S) skornya 2, dan sangat setuju (SS) skornya 1.

**Tabel 3**  
**Tabel Rencana Pemberian Alternatif Jawaban**

Pernyataan	Sangat Setuju (ST)	Setuju (S)	Tidak Sesuai (TS)	Sangat Tidak Sesuai (STS)
<i>Favorable</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

Kriteria skala kemampuan komunikasi interpersonal siswa dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, rendah. Untuk mengkategorikanya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$i = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan :

- $i$  : interval
- NT : nilai tertinggi
- NR : nilai terendah
- K : jumlah Kategori

Jadi interval untuk menentukan sikap kurang percaya diri pesesrta didik :

- a. Skor tertinggi :  $4 \times 30 = 120$
- b. Skor terendah :  $1 \times 30 = 30$
- c. Rentang :  $120 - 30 = 90$
- d. Jarak interval :  $120 : 3 = 40$

$$I = \frac{NT - NR}{K} = \frac{(4 \times 30) - (30 \times 1)}{3} = \frac{120}{3} = 40$$

**Tabel 4**  
**Kriteria Percaya Diri**

Interval	Kriteria
$80 \leq 120$	Tinggi
$40 \leq 79$	Sedang
$0 \leq 39$	Rendah

#### **F. Instrumen Penelitian**

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Karena alat atau instrument ini menggambarkan cara pelaksanaannya maka sering juga di sebut teknik penelitian. instrument sangat penting dalam penelitian, karena penelitian memerlukan data yang empiris dan data tersebut hanya mungkin di peroleh melalui instrumen dan teknik pengumpulan data yang tepat. Dengan demikian instrument dapat menentukan kualitas penelitian itu sendiri.<sup>16</sup>

<sup>16</sup> Yuberti, Antomi Saregar, *Pengantar Metodologi Pendidikan Matematika dan Sains*, (Bandar Lampung: Aura, 2017), h.119

**Tabel 5**  
**Kisi-Kisi Instrumen Percaya Diri**

Variabel	Indikator	Favorable(+)	Unfavorable(-)
Percaya Diri	a. Percaya akan kompetensi kemampuan diri sendiri	12,21,22,25	1,15,17,20
	b. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain	3,18,27	2,16,19,29
	c. Memiliki harapan yang terealistik	4,5,14,23	7,8,9,10,11
	d. Memiliki <i>internal locus of control</i>	13,26,30	6,24,28

## G. Uji Instrument

### 1. Uji Validitas

Uji validitas atau kesahihan bertujuan menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mampu mengukur apa yang ingin di ukur. Peneliti menggunakan uji validitas logis yaitu, validitas yang diperoleh dengan cara judgement ahli yang kompeten. Ahli yang akan menentukan validitas tes akan mencermati secara hati-hati setiap item.<sup>17</sup>

Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang di teliti.<sup>18</sup> Misalnya, bila dalam objek berwarna merah, sedangkan data yang terkumpul memberikan data yang berwarna kuning, maka hasil penelitian tersebut tidak valid. Dalam melakukan uji

<sup>17</sup> Yuberti Antomi Sarega, *Ibid*, h. 125-126

<sup>18</sup> *Ibid*, h.57

validitas ini, peneliti akan menggunakan metode komputerisasi SPSS *for Windows ver 17.0*.

Agar mengetahui validitas instrument maka digunakan teknik kolerasi produk moment sebagai berikut :

$$R_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

$R_{xy}$  : koefesien kolerasi suatu butir/item

$N$  : jumlah responden

$\sum XY$  : jumlah hasil perkalian antara skor X dan skor Y

$\sum Y$  : jumlahskordalam distributor Y

$\sum X$  : jumlah kuadrat masing-masing skor X<sup>19</sup>

Butiran item dikatakan valid jika nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$ ,  $r_{hitung}$  dapat dilihat dari *correlatd item total correlation* sedangkan  $r_{tabel}$  dapat dilihat dari *r product moment pearson* dengan  $df$  (*degree of freedom*) =  $n-2$ .<sup>20</sup> Dengan demikian, jika jumlah responden sebanyak 30 maka nilai  $r_{tabel}$  dapat diperoleh melalui tabel *r product moment pearson* dengan  $df=n-2$ , jadi  $df=30-2 =28$ , maka  $r_{tabel} = 0,361$ . Analisis *output* dapat dilihat pada tabel berikut:

<sup>19</sup> Sugiyono, *Statistik untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2011), h. 256

<sup>20</sup> Sujarweni, V. Wiratna, *SPSS Untuk Penelitian* (Pustaka Baru Press, 2015), h. 199

**Tabel 6**  
**Uji Validitas**  
**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

**Tabel 7**  
**Hasil Validitas**

No Item	R <sub>tabel</sub>	R <sub>hitung</sub>	Keterangan
1	0,361	0,774	Valid
2	0,361	0,865	Valid
3	0,361	0,736	Valid
4	0,361	0,510	Valid
5	0,361	0,841	Valid
6	0,361	0,749	Valid
7	0,361	0,716	Valid
8	0,361	0,721	Valid
9	0,361	0,702	Valid
10	0,361	0,796	Valid
11	0,361	0,715	Valid
12	0,361	0,781	Valid
13	0,361	0,677	Valid
14	0,361	0,591	Valid
15	0,361	0,739	Valid
16	0,361	0,612	Valid
17	0,361	0,832	Valid
18	0,361	0,530	Valid
19	0,361	0,410	Valid
20	0,361	0,706	Valid
21	0,361	0,476	Valid
22	0,361	0,702	Valid
23	0,361	0,521	Valid
24	0,361	0,5763	Valid
25	0,361	0,580	Valid
26	0,361	0,682	Valid



27	0,361	0,545	Valid
28	0,361	0,521	Valid
29	0,361	0,656	Valid
30	0,361	0,754	Valid

## 2. Uji Reabilitas

Menurut Arikunto Realibilitas menunjukan pada suatu prngrtian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dipergunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik.<sup>21</sup>

Suatu alat ukur bisa dikatakan reliabilitas, bila data tersebut mampu menghasilkan data yang di percaya dan dipertanggungjawabkan yang memang sesuai dengan kenyataan aslinya. Pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS *Statistic 17, 0* sebagai alat uji reabilitas. Reabilitas merupakan instrumen yang apabila digunakan akan menghasilkan data yang sama.<sup>22</sup> Dalam penelitian ini menggunakan bantuan *Software SPSS 17,0 for windows*

---

<sup>21</sup> Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Bandung, Rineka Cipta, 2002), h. 244-245.

<sup>22</sup> *Ibid*, h.39

**Tabel 8**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.756	.961	30

Kesimpulan : *output* diatas terlihat bahwa pada kolom *Cronbach's Alpha* = 0,756 > 0,50 sehingga dapat dikatakan angket tersebut reabel.

#### **H. Tahapan-tahapan Pemberian Konseling Kelompok Dengan Teknik *Client Centered* untuk Meningkatkan Percaya Diri**

Dalam pemberian layanan konseling kelompok sebagai salah satu layanan yang diberikan untuk meningkatkan sikap percaya diri peserta didik dilakukan dalam beberapa langkah, diantaranya:

Layanan/perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini yaitu layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered*. Pemberian layanan ini dilakukan sebanyak 6 (enam) kali pertemuan yang diberikan kepada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dalam penelitian ini kelompok kontrol menggunakan pendekatan *Client Centered*. Apabila dalam 1(satu) kali pertemuan waktu yang disepakati kurang maka akan diadakan pertemuan lanjutan dengan topik atau materi yang sama.

Tahap-tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Center* untuk meningkatkan peserta didik peserta didik sebagai berikut :

1. Tahap pertama 1 : pre-test

Tujuan dari pre-test dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peserta didik kelas X SMKN 5 Bandar Lampung yang memiliki kriteria percaya diri rendah sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Dengan menggunakan *instrument* angket percaya diri.

2. Tahap 2 : pembentukan

Pada tahap pembentukan yang mencakup kegiatan ketua kelompok memimpin doa selanjutnya melakukan perkenalan yang diawali oleh ketua kelompok dan dilanjutkan oleh anggota kelompok dengan sebuah permainan yang bertujuan untuk mencairkan suasana, menimbulkan keakraban dan kenyamanan, mengatur posisi duduk dalam proses konseling kelompok selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan mengenai layanan konseling kelompok yang meliputi pengertian, tujuan, azas, norma, cara pelaksanaan kegiatan. Dengan mengajak peserta didik berdiskusi tentang waktu dan tempat melaksanakan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Centered*

3. Tahap 3: Peralihan

Pada tahap Peralihan merupakan jembatan antara tahap pembentukan dan tahap kegiatan. Anggota terbebaskannya dari perasaan atau sikap

enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya. Setelah dipastikan bahwa anggota kelompok terlihat siap untuk melangkah menuju tahap berikutnya, kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *Client Centered*.

#### 4. Tahap ke 4: kegiatan

Pemimpin kelompok mengemukakan topik bahasan dan menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas. Selanjutnya anggota kelompok melaksanakan kegiatan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Client Center* untuk meningkatkan motivasi belajar.

- a. pemimpin kelompok menjelaskan mengenai Pengantar konseling kelompok dengan pendekatan *Client Centered* untuk meningkatkan motivasi belajar. Tujuan langkah ini adalah untuk membangun hubungan yang baik kepada peserta didik yang akan menjadi sampel penelitian, menilai peserta didik yang diduga memiliki motivasi belajar. Dalam hal ini konselor harus mampu menciptakan suasana santai, penuh keakraban dan kehangatan, serta terbuka, sehingga peserta didik dapat menentukan sikap dalam pemecahan masalahnya.
- b. Selanjutnya pemimpin kelompok merumuskan situasi bantuan dalam merumuskan konseling sebagai bantuan untuk klien, anggota kelompok didorong untuk menerima tanggung jawab untuk melaksanakan pemecahan masalahnya sendiri. diharapkan anggota kelompok

mengemukakan masalah-masalah dan mengarahkan anggota kelompok pada masalah yang dihadapi.

- c. Pemimpin kelompok mendorong klien untuk mengungkapkan perasaannya secara bebas berkaitan dengan masalahnya. Dengan menunjukkan sikap santai, penuh keakraban dan kehangatan, serta terbuka, memungkinkan klien untuk mengungkapkan perasaannya.
- d. Konselor secara tulus menerima dan menjernihkan kembali perasaan negative dari klien dengan memberikan respon yang tulus. Setelah perasaan negative dari klien terungkap, maka secara psikologis bebannya mulai berkurang. Sehingga ekspresi-ekspresi positif akan muncul, dan memungkinkan klien untuk bertumbuh dan berkembang sehingga motivasi belajar peserta didik dapat meningkat.
- e. Saat klien mencurahkan perasaannya secara berangsur muncul perkembangan terhadap wawasan (*insight*) klien mengenal dirinya, dan pemahaman (*understanding*) serta penerimaan diri tersebut. Apabila klien memiliki hal tersebut maka klien mulai membuat keputusan untuk melangkah memikirkan tindakan selanjutnya. Artinya bersamaan, dengan timbulnya pemahaman, muncul proses verifikasi untuk mengambil keputusan dan tindakan memungkinkan yang akan diambil.

##### 5. Tahap ke 5: Pengakhiran

pemimpin kelompok mengadakan penilaian segera dengan memberikan beberapa pertanyaan dan kesan yang diperoleh setelah

mengikuti layana. Pada tahap ini pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir.

6. Tahap ke 6 : Evaluasi Program Layanan Dan Tindak Lanjut.

Selanjutnya pemimpin kelompok mengevaluasi program layanan yang telah diberikan selanjutnya perlu dianalisis untuk mengetahui lebih lanjut peningkatan atau penurunan kemampuan peserta didik.

7. Tahap ke 7: pos test

Dalam kegiatan ini penulis memberikan angket kepada peserta didik yang telah diberikan *treatment*. Selanjutnya membandingkan perbedaan pre-test dengan post-test tersebut untuk menentukan apakah pemberian perlakuan yang diberikan efektif dalam meningkatkan percaya diri.

**I. Teknik Pengolahan dan Analisis Data**

**A. Teknik dan Pengolahan dan Analisis Data**

Analisis data hasil penelitian dilakukan melalui dua tahap utama yaitu pengolahan data dan analisis data :

**1. Teknik Pengelolahan Data**

**a. Editing**

Merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner. Apakah semua pernyataan sudah terisi apakah jawaban atau tulisan masing-masing pernyataa cukup jelas atau terbaca, apakah jawaban pernyataan konsisten dengan jawaban seperti yang lainnya.



**b. Coding (Pengkodean)**

Setelah melakukan *editing*, selanjutnya dilakukan pengkodean atau coding, yaitu merubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.

**c. Data Entry (Pemasukan Data)**

Yaitu jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program *SPSS 16*.

**d. Cleaning Data (Pembersihan Data)**

Apabila semua data dari setiap sumber atau responden selesai dimasukkan perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan kode dan ketidaklengkapan, kemudian dilakukan pembetulan atau pengoreksian.<sup>23</sup>

**1. Teknik Analisis Data**

Analisis data diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah difahami oleh

---

<sup>23</sup>Sugiyono, *Op. Cit*, h. 85

diri sendiri maupun orang lain.<sup>24</sup> Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa analisis data diartikan sebagai proses penyusunan data dengan tujuan mengelola data untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal.

Dengan analisis data maka dapat membuktikan rumuasan masalah, hipotesis melalui teknik statistik untuk menganalisis dan menguji hipotesis sehingga dapat menarik kesimpulan tentang masalah yang di teliti. untuk mengetahui seberapa besar perbedaan skor percaya diri peserta didik sebelum dan sesudah pemberian konseling kelompok dengan teknikk *Client Centered* dengan menggunakan uji *Wilcoxon* dengan mencari perbedaan mean *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini akan mengui *pretest* dan *posttest* menggunakan uji *Wilcoxon*.

Rumus :

$$Z = \frac{T - \left[ \frac{1}{4N(N-1)} \right]}{\sqrt{\frac{1}{24N(N-1)(2N-1)}}$$

Keterangan :

Z = Uji Wilcoxon

T = Total Jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*

N = Jumlah data sampel.

---

<sup>24</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Bandung: CV Alfabeta, 2013), h.333-335

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Hasil penelitian dengan judul efektivitas konseling kelompok untuk meningkatkan percaya diri peserta didik kelas X SMK Negeri 5 Bandar Lampung. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September-Oktober pada tahun 2018. Hasil dari penelitian yang diperoleh adalah untuk mengetahui meningkat atau tidaknya percaya diri peserta didik kelas eksperimen X DPK (Textile) dan kelas kontrol X Otomotif sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok.

##### **1. Data Deskripsi *Pretest***

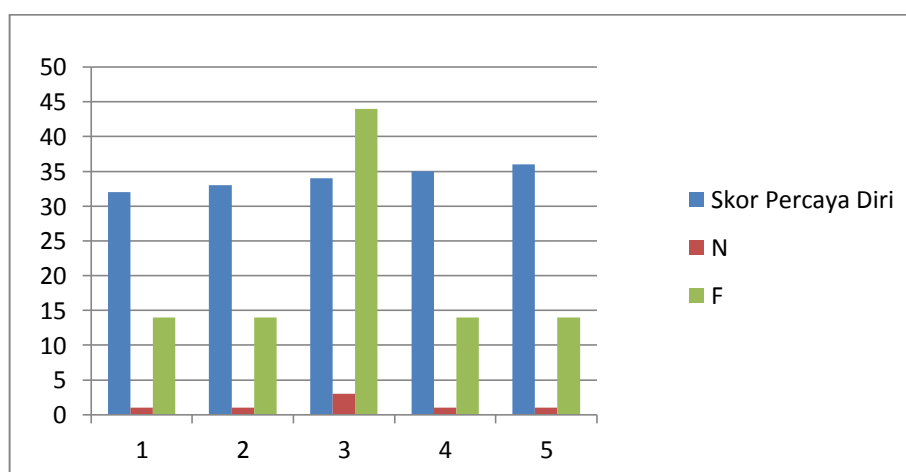
##### **a. Hasil *Pretest* Percaya Diri Kelas Eksperimen**

Diketahui untuk mengetahui gambaran awal peserta didik sebelum diberikan perlakuan. Hasil *pretest* percaya diri pada kelas eksperimen X DPK (Textile) peserta didik dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 9**  
**Hasil *Pretest* Kelas Eksperimen**

No	Skor Percaya Diri	n	F
1	32	1	14,28%
2	33	1	14,28%
3	34	3	42,85%
4	35	1	14,28%
5	36	1	14,28%
Total		7	100%

Berdasarkan data di atas terdapat 7 peserta didik yang masuk dalam kategori percaya diri rendah yang mana 1(14,28%) peserta didik dengan skor 32, 1(14,28%) peserta didik dengan skor 33, 3 (42.85%) peserta didik dengan skor 34, 1 (14,28%) peserta didik dengan skor 35, dan 1(14,28%) peserta didik dengan skor 36. Secara keseluruhan sebanyak 7 peserta didik dari kelas eksperimen memiliki hasil *pretest* percaya diri rendah. Hal ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini.



**Gambar 3 Grafik Hasil *Pretest* Kelas Eksperimen**

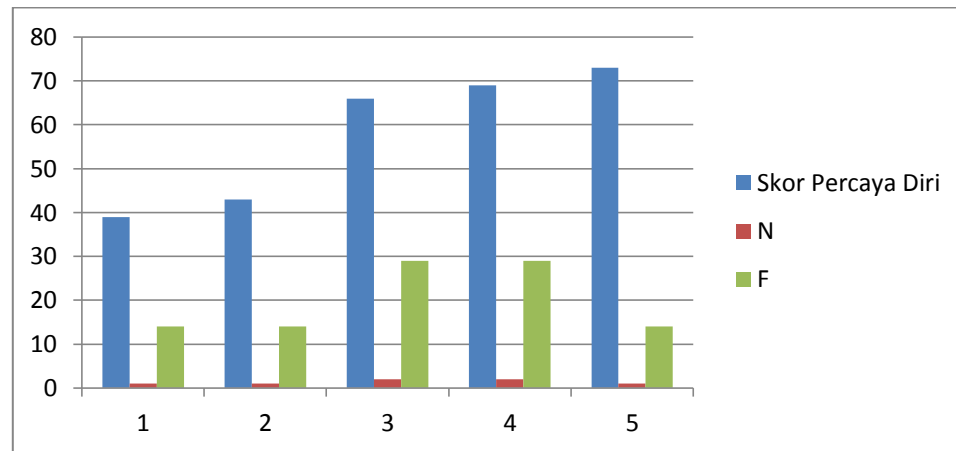
**b. Hasil *Pretest* Percaya Diri Kelas Kontrol**

Hasil *pretest* pada kelas kontrol (X Otomotif) dapat dilihat pada tabel berikut ini..

**Tabel 10**  
**Hasil *Pretest* Kelas Kontrol**

No	Skor Percaya Diri	N	F
1	39	1	14,28%
2	43	1	14,28%
3	66	2	28,57%
4	69	2	28,57%
5	73	1	14,28%
Total		7	100%

Berndasarkan data di atas terdapat 2 peserta didik yang masuk dalam kategori percaya diri rendah, yang terdiri dari 1(14,28%) peserta didik dengan skor 39, 1 (14,28%) peserta didik dengan skor 43, dan terdapat 5 peserta didik dengan kategori percaya diri sedang, yaitu 2 (28,57%) peserta didik dengan skor 66, 2 (28,57%) peserta didik dengan skor 69, dan 1(14,28%) peserta didik dengan skor 73. Secara keseluruhan sebanyak 2 peserta didik dari kelas eksperimen memiliki hasil *pretest* percaya diri rendah dan 5 peserta didik memiliki hasil *pretest* sedang.. Hal ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini.



**Gambar 4 Grafik Hasil *Pretest* Kelas Kontrol**

## 2. Pelaksanaan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas X di SMK Negeri 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019

Pelaksanaan layanan Konseling kelompok menggunakan teknik *Client Centered* dilaksanakan pada kelompok eksperimen dengan peserta didik yang berjumlah 7 orang. Dalam melaksanakan kegiatan konseling kelompok tersebut dilakukan didalam ruang kelas. Deskripsi proses pelaksanaan konseling kelompok dilakukan dengan memaparkan hasil pengamatan selama proses konseling dari pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir adalah sebagai berikut:

### 1. Kelompok Eksperimen

#### a. Tahap pertama

Hari/Tanggal : Senin, 17 September 2018

Waktu : 8.45 – 9.30 WIB

Tempat : Ruang Kelas

Tahap pertama dalam melakukan penelitian yaitu pre-tes, pre-tes tersebut dilakukan dengan menggunakan *instrument*/angket percaya diri untuk mengetahui gambaran tingkat percaya diri peserta didik sebelum diberikan *treatment* dengan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Center* pre-tes ini diberikan kepada peserta didik kelas X textile SMKN 5 Bandar Lampung sebagai kelas eksperimen. Pre-tes ini diberikan kepada peserta didik yang berjumlah 35 peserta didik. Pada tahap ini merupakan tahap pengenalan dan upaya dalam menumbuhkan sikap kebersamaan, selanjutnya memberikan pengetahuan tentang tujuan atau garis besar sesi konseling pada peserta didik dan mengidentifikasi kondisi awal peserta didik sebelum menerima perlakuan.

Kemudian penulis menjelaskan secara singkat tentang tujuan dalam kegiatan layanan konseling kelompok dan menjelaskan petunjuk pengisian *instrument* percaya diri. Secara keseluruhan peserta didik memahami dengan pasti dan memberikan informasi tentang percaya diri. Hasil dari pre-tes selanjutnya dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat percaya diri. Hal ini dilakukan oleh penulis untuk memperoleh gambaran percaya diri yang terjadi pada peserta didik. Pre-tes ini juga digunakan untuk menentukan subjek penulisan



berdasarkan tujuan penelitian yaitu peserta didik yang terindikasi memiliki karakteristik percaya diri rendah.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh penulis, pelaksanaan pre-test dapat dikatakan lancar dan kondusif dimana ditunjukkan dengan peserta didik yang antusias dalam memberikan informasi mengenai percaya diri dalam seluruh item *instrument* dapat terisi sesuai dengan prosedur petunjuk pengisian *instrument*. Pada kegiatan ini diselesaikan tepat pada waktu yang telah ditentukan.

**b. Tahap kedua**

Hari/Tanggal : Kamis, 20 September 2018

Waktu : 14.30 – 15.20 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap kedua, penulis menjelaskan kegiatan layanan yang akan dilakukan. Pada pertemuan kedua merupakan tahap pembentukan dimana pelaksanaan konseling kelompok dilaksanakan di ruang kelas X SMKN 5 Bandar Lampung. Penulis membuka pertemuan kedua ini dengan mengucapkan salam kepada anggota kelompok dan dilanjutkan dengan berdoa agar pelaksanaan konseling kelompok berjalan dengan lancar dan diridhoi oleh Allah SWT. Penulis selanjutnya memperkenalkan diri seperti menyebutkan nama, alamat, tempat tanggal lahir, asal dan sebagainya kemudian diteruskan pada anggota kelompok yang lainnya.

Kemudian dilanjutkan dengan permainan agar menghangatkan suasana konseling sehingga tercipta suasana keakraban dan kehangatan dalam proses konseling berlangsung. Tujuan dari permainan juga agar sebelum pelaksanaan konseling anggota kelompok merasa rileks dan tidak tegang dengan begitu anggota kelompok dapat mengungkapkan masalah-masalah yang dialami. Penulis juga menjelaskan maksud, tujuan, asas-asas konseling pelaksanaan konseling kelompok, dan bagaimana tata cara pelaksanaan konseling kelompok berlangsung, menyampaikan kesepakatan waktu dan komitmen dalam konseling kelompok. Dalam hal ini ketua kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya agar dalam pelaksanaan konseling bersifat aktif tidak pasif.

Pada saat tahap peralihan penulis menjelaskan kembali maksud serta tujuan diadakannya pelaksanaan konseling kelompok, penulis membangun *raport* (hubungan yang baik) agar dalam proses pelaksanaan konseling tercipta suasana transparan, jujur, empati penuh rasa persahabatan, kehangatan, dan saling menghargai antara satu dengan yang lainnya. Selanjutnya penulis menjelaskan peranan anggota kelompok agar dalam pelaksanaan konseling berlangsung setiap anggota kelompok diminta aktif berpendapat dan memberikan respon, atau ide-ide terhadap topik yang akan dibahas.

Pada tahap kegiatan pemimpin kelompok mengemukakan topik bahasan yaitu mengenai pentingnya memiliki sikap percaya diri, Pada

pertemuan ini penulis melakukan pengamatan terhadap peserta didik untuk mengetahui perilaku, kebiasaan, dan sikap peserta didik. Penulis sebagai pemimpin kelompok membahas secara singkat mengenai kegiatan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Centered*.

Pada tahap pengakhiran tidak lupa penulis memberikan kesimpulan, memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk bertanya dari proses konseling dan mengevaluasi dari hasil proses berjalannya kegiatan konseling menanyakan pemahaman apa yang sudah diperoleh dari pertemuan yang dilakukan, pemahaman apa dan bagaimana perasaan serta kesan yang didapat selama kegiatan konseling kelompok. Sebelum ditutup penulis memberi komitmen peserta didik terhadap konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client centered* selanjutnya dan diakhiri dengan doa serta salam.

### c. Tahap ke tiga

Hari/Tanggal : Senin, 27 September 2018

Waktu : 14.30 – 15.15 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap ketiga ini seperti sebelumnya permasalahan yang akan dibahas mengenai sekitar percaya diri, namun sebelumnya anggota kelompok sudah menceritakan permasalahan yang terjadi pada diri masing-masing anggota kelompok. Kemudian sebelum dimulainya kegiatan sesi konseling kelompok penulis melakukan opening dengan menyambut

anggota kelompok dengan penuh kehangatan, memberi salam, menanyakan kabar, menyapa, dan membina hubungan yang baik sehingga dalam proses konseling kelompok penuh dengan keakraban dan kenyamanan.

Pada saat tahap peralihan penulis menjelaskan kembali maksud serta tujuan diadakannya pelaksanaan konseling kelompok, penulis membangun *raport* (hubungan yang baik) agar dalam proses pelaksanaan konseling tercipta suasana transparan, jujur, empati penuh rasa persahabatan, kehangatan, dan saling menghargai antara satu dengan yang lainnya. Selanjutnya penulis menjelaskan peranan anggota kelompok agar dalam pelaksanaan konseling berlangsung setiap anggota kelompok diminta aktif berpendapat dan memberikan respon, atau ide-ide terhadap topik yang akan dibahas.

Pada pertemuan ini penulis mengulas kembali pembahasan pertemuan sebelumnya yaitu pentingnya percaya diri bagi individu. Dalam hal ini peserta didik diajarkan untuk merumuskan situasi bantuan, dimana peserta didik didorong untuk menerima tanggung jawab untuk melaksanakan pemecahan masalahnya sendiri. Pada situasi ini penulis harus yakin dengan peserta didik bahwa peserta didik mampu untuk memecahkan masalahnya sendiri dengan kemampuannya sendiri.

Pada tahap pengakhiran tidak lupa penulis memberikan kesimpulan, memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk bertanya dari proses konseling dan mengevaluasi dari hasil proses berjalannya kegiatan

konseling menanyakan pemahaman apa yang sudah diperoleh dari pertemuan yang dilakukan, pemahaman apa dan bagaimana perasaan serta kesan yang didapat selama kegiatan konseling kelompok. Sebelum ditutup penulis memberi komitmen peserta didik terhadap konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Centered* selanjutnya dan diakhiri dengan doa serta salam.

#### **d. Tahap ke empat**

Hari/Tanggal : Senin, 1 oktober 2018

Waktu : 14.30- 15.15 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada pertemuan keempat ini penulis kemudian mengemukakan topik bahasan yang akan dibahas yaitu cara menumbuhkan sikap percaya diri sehingga meningkatkan percaya diri peserta didik. Pada tahap ini penulis kemudian memberikan gambaran mengenai bagaimana cara menumbuhkan sikap percaya diri dalam diri peserta didik sehingga menyenangkan dan menimbulkan ketertarikan pada peserta didik untuk bersikap berani serta percaya diri dan kemudian menekankan pada peserta didik untuk mengungkapkan perasaannya secara bebas, tentang gaya sikap peserta didik yang berkaitan dengan apa masalah yang dihadapinya sehingga menyebabkan percaya diri peserta didik rendah. Penulis dengan menunjukan sikap santai, penuh dengan keakraban, kehangatan, terbuka

serta terhindar dari ketegangan-ketegangan sehingga tidak adanya kecanggungan peserta didik untuk mengungkapkan masalahnya.

Konselor secara tulus menerima dan menjernihkan perasaan peserta didik yang sifatnya negative dengan memberikan respon yang tulus sehingga peserta didik merasa aman. Peserta didik dengan nyaman bercerita tentang masalah yang dihadapinya sehingga beban psikologis yang dihadapinya berkurang dalam hal ini peserta didik akan memunculkan ekspresi-ekspresi positif dalam diri peserta didik sehingga peserta didik mampu untuk tumbuh dan berkembang sehingga percaya diri peserta didik dapat meningkat.

**e. Pertemuan kelima**

Hari/Tanggal : Kamis, 4 Oktober 2018

Waktu : 14.30 – 15. 20 WIB

Tempat : Ruang BK

Setelah pertemuan sebelumnya, penulis telah memberikan gambaran tentang cara melatih kepercayaan diri, dipertemuan ini penulis memberikan materi tentang cara meningkatkan percaya diri agar peserta didik semakin menyadari tentang pentingnya bersikap percaya diri untuk menunjang kesuksesannya kedepan. Pada tahap ini peserta didik mulai menyadari bahwa terdapat perkembangan terhadap wawasan, dan pemahaman pada dirinya. Peserta didik menyadari akan masalah percaya diri yang dihadapinya sehingga peserta didik mulai membuat keputusan untuk

merubah sikap yang merugikan dirinya agar kepercayaan dirinya meningkat. Sesi ini juga diakhiri dengan berakhirnya sesi konseling dan penulis mengucapkan terima kasih kepada peserta didik karena telah berpartisipasi dalam membantu penelitian.

#### **f. Tahap keenam**

Hari/Tanggal : Senin, 8 Oktober 2018

Waktu : 14.30 – 15.20 WIB

Tempat : Ruang BK

Setelah proses sesi konseling diakhiri peserta didik diajak untuk mengisi *instrument*/angket percaya diri sebagai bentuk post-test. Post-test diberikan kepeserta didik untuk mengetahui hasil dari sesudah diberikan *treatment* menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan *Client centered*. Pelaksanaan post-test dapat berjalan dengan lancar dan kondusif dimana peserta didik mengisi seluruh item angket sesuai dengan prosedur yang telah ditentukan.

### **3. Data Deskripsi Posttest**

#### **a. Hasil Posttest Percaya Diri Kelas Eksperimen**

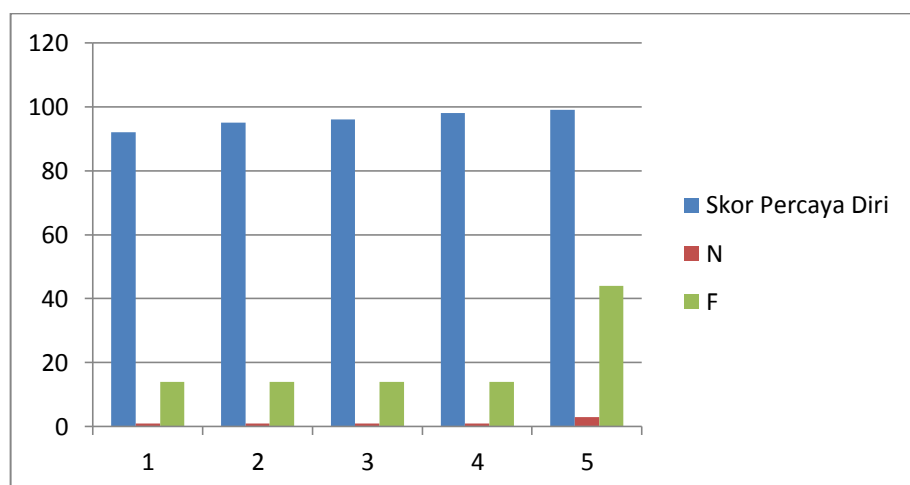
Untuk melihat perubahan pada peserta didik terkait dengan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *Client Centered* yang diberikan untuk meningkatkan percaya diri. Pada hasil *posttest* pada kelompok eksperimen pada tabel berikut.



**Tabel 11**  
**Hasil *Posttest* Kelas Eksperimen**

No	Skor Percaya Diri	n	F
1	92	1	14,28%
2	95	1	14,28%
3	96	1	14,28%
4	98	1	14,28%
5	99	3	42,85%
Total		7	100%

Berdasarkan data di atas terdapat 7 peserta didik yang masuk dalam kategori percaya diri tinggi, terdiri dari 1(14,28%) peserta didik dengan skor 92, 1(14,28%) peserta didik dengan skor 95, 1 (14,28%) peserta didik dengan skor 96, 1 (14,28%) peserta didik dengan skor 98, dan 3(42,85%) peserta didik dengan skor 99. Secara keseluruhan sebanyak 7 peserta didik dari kelas eksperimen memiliki hasil *posttest* percaya diri tinggi. Hal ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini.



**Gambar 5 Grafik Hasil *Posttest* Kelas Eksperimen**

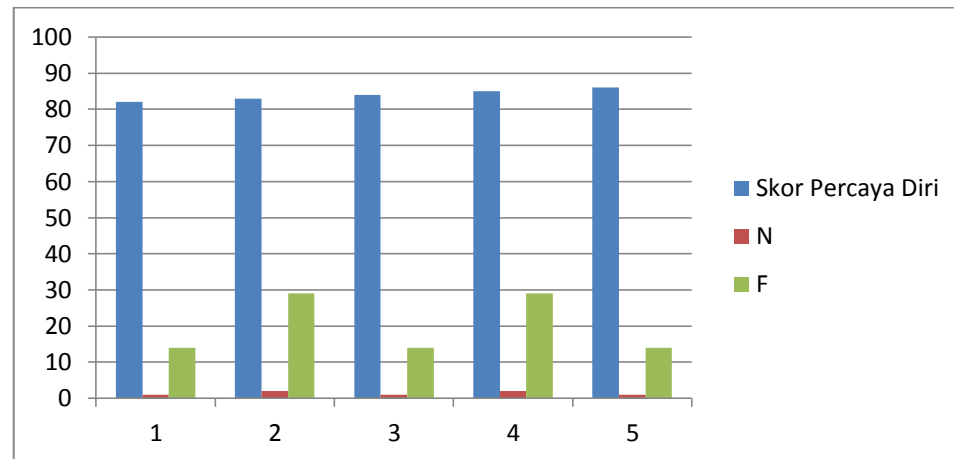
### b. Hasil *Posttest* Kelas Kontrol

Untuk mengetahui hasil kriteria percaya diri terhadap peserta didik setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik diskusi maka dilakukan *posttest*. Hasil *posttest* pada kelas kontrol dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 12**  
**Hasil *Posttest* Kelas Kontrol**

No	Skor Percaya Diri	N	F
1	82	1	14,28%
2	83	2	28,57%
3	84	1	14,28%
4	85	2	28,57%
5	86	1	14,28%
Total			100%

Berdasarkan data di atas terdapat 7 peserta didik yang masuk dalam kategori percaya diri tinggi, yaitu 1(14,28%) peserta didik dengan skor 82, 2(28,57%) peserta didik dengan skor 83, 1 (14,28%) peserta didik dengan skor 84, 2 (28,57%) peserta didik dengan skor 85, dan 1(14,28%) peserta didik dengan skor 86. Secara keseluruhan sebanyak 7 peserta didik dari kelas kontrol memiliki hasil *posttest* percaya diri tinggi. Hal ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini.



**Gambar 6 Grafik Hasil *Posttest* Kelas Kontrol**

#### 4. Uji Hipotesis Wilcoxon

Uji Wilcoxon merupakan salah satu dari uji statistic nonparametric. Uji ini dipakai ketika suatu data tidak berdistribusi normal. Pengujian dua sampel berpasangan prinsipnya menguji apakah dua sampel berpasangan satu dengan yang lainnya berasal dari populasi yang sama.<sup>1</sup> Dalam penelitian ini menguji untuk 7 sampel diberikan *treatment* berupa layanan konseling kelompok menggunakan tekrim *Client Centered* untuk kelas eksperimen (X Textile) dan 7 sampel untuk kelas kontrol (X Otomotif) diberikan *treatment* konseling kelompok menggunakan teknik diskusi. Sebelum diberikan layanan konseling kelompok, sampel tersebut diberikan *pretest* untuk mengetahui tingkat percaya diri peserta didik. Kemudian setelah diberikan konseling kelompok diberikan tes kembali yaitu *posttest* untuk mengetahui tingkat percaya diri peserta didik.

<sup>1</sup> Singgih susanto, *Aplikasi SPSS pada Statistik Non Parametrik* (Jakarta : PT Elek Media Komputindo), h. 115

a. Analisis proses perhitungan kelas eksperimen

**Tabel 13**  
**Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelas Eksperimen**

No	Nama	Pretest	Posstest	Selisih
1	Konseli 1	34	98	64
2	Konseli 2	35	99	64
3	Konseli 3	36	99	63
4	Konseli 4	34	95	61
5	Konseli 5	34	92	58
6	Konseli 6	32	96	64
7	Konseli 7	33	99	66

Pada pengujian ini menggunakan bantuan *Software SPSS 17,0 for windows*. Dan karena data tersebut tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji Wilcoxon menggunakan uji nonparametrik. Berikut hasil paparan hasil dari uji Wilcoxon.

**Tabel 14**  
**Wilcoxon Rank Kelompok eksperimen**

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posstest_ekspe rimen - pretest_eksperi men	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	7 <sup>b</sup>	4.00	28.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	7		

a. posstest\_eksperimen < pretest\_eksperimen

b. posstest\_eksperimen > pretest\_eksperimen

c. posstest\_eksperimen = pretest\_eksperimen

Berdasarkan tabel diatas diperoleh skor negatif 0<sup>a</sup>, skor ini menunjukan bahwa tidak ditemukan skor posttes peserta didik lebih kecil dari skor pretest. Sedangkan, positive rank 7<sup>b</sup> menunjukan bahwa seluruh skor post test peserta didik mengalami peningkatan jika di bandingkan dengan pretest.

**Tabel 15**  
**Uji Wilcoxon Kelas Eksperimen**

<b>Test Statistics<sup>b</sup></b>	
posstest_eksperimen - pretest_eksperimen	
Z	-2.384 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.017

Dari tabel diatas dapat dinyatakan jumlah Z hitung 2,384 > dari Ztabel 1,96 dan jumlah nilai signifikan 0,017 < 0.05. Selain itu dapat dilihat tabel statistik dibawah ini data pretest sebelum diberikan treatment dan posttest setelah diberikan treatment.

<b>Statistic</b>		
	Pretest_eksperimen	Posstest_eksperimen
N Valid	7	7
Missing	0	0
Mean	34.00	96.86
Median	34.00	98.00
Mode	34	99
Std. Deviation	1.291	2.673
Minimum	32	92
Maximum	36	99
Sum	238	678

Dari data dapat diketahui bahwa ada peningkatan yang signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Dalam analisis data deskriptif menyakatan bahwa:

*Mean pretest eksperimen* : 34 (termasuk kategori rendah)

*Mean posttest eksperimen* : 96,86 (termasuk kategori tinggi)

Dasar pengambilan keputusan

a. Dengan membandingkan angka  $z$  hitung dan  $z$  tabel hitung :

Jika  $z$  hitung  $< z$  tabel maka  $H_a$  diterima

Jika  $z$  hitung  $> z$  tabel maka  $H_0$  ditolak

b. Dengan melihat angka probabilitas, dengan ketentuan :

Probabilitas  $>$  dari 0,05 maka  $H_0$  diterima

Probabilitas  $<$  dari 0,05 maka  $H_0$  ditolak

Keputusan :

c. Dengan membandingkan angka  $z$  hitung dan  $z$  tabel :

1.  $z$  hitung = -2,384 (lihat pada *output*, tanda  $-$  hanya menunjukkan arah)

2.  $z$  tabel =  $\pm 1,96$

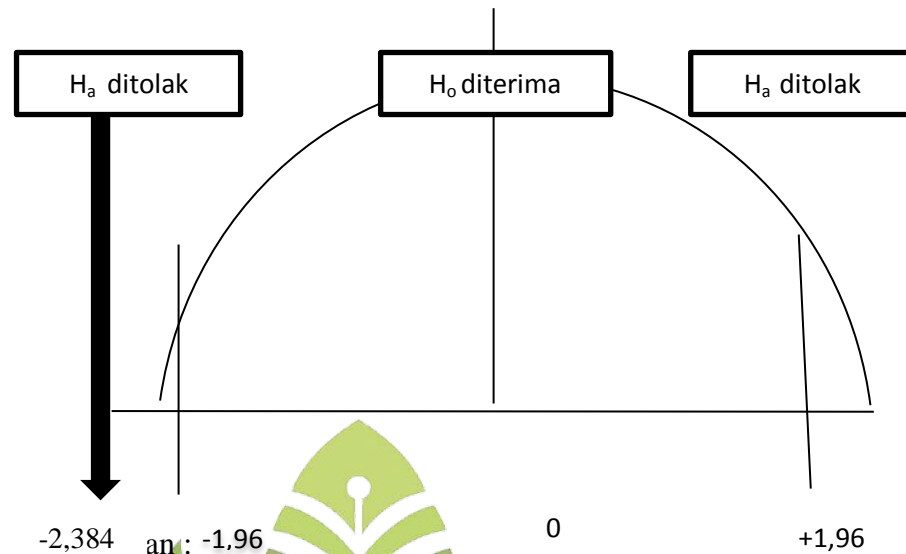
untuk tingkat kepercayaan 95 % dan uji dua sisi didapatkan nilai  $z$  tabel adalah  $\pm 1,96$ .

Cara mencari  $z$  tabel :

1)  $0,05 : 2 = 0,025$

2)  $0.5 - 0,025 = 0,475$

3)  $0,475 = 1,96$  (lihat pada tabel)



**Gambar 7 Kurva Kelas Eksperimen**

Karena  $z$  hitung terletak di daerah  $H_0$ , maka keputusannya adalah menerima  $H_0$  atau pemberian konseling kelompok dengan teknik *client centered* dapat meningkatkan percaya diri peserta didik. Dengan melihat angka probabilitas pada *output* SIG adalah  $0,017 > 0,05$ , maka  $H_0$  diterima. Sedangkan dari perhitungan  $z$  hitung didapat nilai  $z$  adalah  $-2,384$  (tanda  $-$  tidak relevan karena hanya menunjukkan arah) lebih besar dari  $z$  tabel yaitu  $1,96$ .



**d. Analisis perhitungan kelas kontrol**

**Tabel 16**  
**Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelas Kontrol**

No	Nama	Pretest	Posstest	Selisih
1	Konseli 1	66	85	19
2	Konseli 2	73	83	10
3	Konseli 3	69	83	14
4	Konseli 4	69	84	15
5	Konseli 5	66	85	19
6	Konseli 6	43	86	43
7	Konseli 7	39	82	43

Pada pengujian ini menggunakan bantuan *Software SPSS 17,0 for windows*. Dan karena data tersebut tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji Wilcoxon menggunakan uji nonparametric. Berikut hasil paparan hasil dari uji Wilcoxon.

**Tabel 17**  
**Wilcoxon Rank Kelas Kontrol**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest_kontrol - pretest_kontrol	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	7 <sup>b</sup>	4.00	28.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	7		

a.  $\text{posttest\_kontrol} < \text{pretest\_kontrol}$

b.  $\text{posttest\_kontrol} > \text{pretest\_kontrol}$

c.  $\text{posttest\_kontrol} = \text{pretest\_kontrol}$

Berdasarkan tabel diatas diperoleh skor negatif 0<sup>a</sup>, skor ini menunjukan bahwa tidak ditemukan skor posttes peserta didik lebih kecil dari skor pretest. Sedangkan, positive rank 7<sup>b</sup> menunjukan bahwa seluruh skor post test peserta didik mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan pretest

**Tabel 18**  
**Uji Wilcoxon Kelas Kontrol**  
**Test Statistics<sup>b</sup>**

posttest_kontrol - pretest_kontrol	
Z	-2.375 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018

Dari tabel diatas dapat dinyatakan jumlah Z hitung 2,375 > dari Ztabel 1,96 dan jumlah nilai signifikan 0,018 < 0.05. Selain itu dapat dilihat tabel statistik dibawah ini data pretest sebelum diberikan treatment dan posttest setelah diberikan treatment.

Statistics			
		pretest_kontrol	posttest_kontrol
N	Valid	7	7
	Missing	0	0
Mean		60.71	84.00
Median		66.00	84.00
Mode		66 <sup>a</sup>	83 <sup>a</sup>
Std. Deviation		13.720	1.414
Minimum		39	82
Maximum		73	86
Sum		425	588

Dari data diatas layanan informasi kelas kontrol menggunakan teknik Self-intruccion diketahui ada peningkatan walaupun tak sebanyak dengan perlakuan menggunakan layanan informasi menggunakanteknik Client Centered. Dalam analisis data deskriptif menyatakan bahwa:

*Mean pretest kontrol* : 60,71 (termasuk kategori sedang)

*Mean posttest kontrol* : 84,00 (termasuk kategori tinggi)

Dasar pengambilan keputusan

a. Dengan membandingkan angka  $z$  hitung dan  $z$  tabel hitung :

Jika  $z$  hitung  $<$   $z$  tabel maka  $H_a$  diterima

Jika  $z$  hitung  $>$   $z$  tabel maka  $H_o$  ditolak

b. Dengan melihat angka probabilitas, dengan ketentuan :

Probabilitas  $>$  dari 0,05 maka  $H_a$  diterima

Probabilitas  $<$  dari 0,05 maka  $H_o$  ditolak

Keputusan :

c. Dengan membandingkan angka  $z$  hitung dan  $z$  tabel :

1) hitung = -2,375 (lihat pada *output*, tanda – hanya menunjukkan arah)

2)  $z$  tabel =  $\pm 1,96$

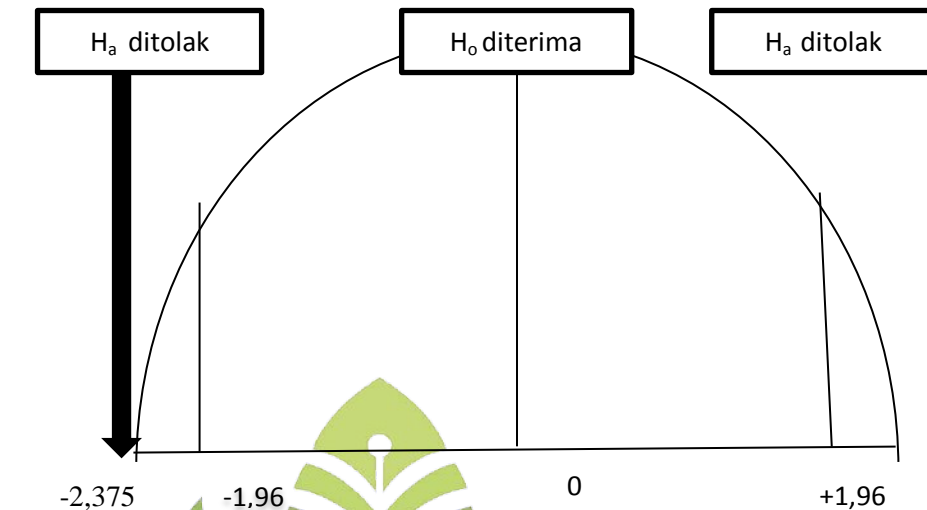
untuk tingkat kepercayaan 95 % dan uji dua sisi didapatkan nilai  $z$  tabel adalah  $\pm 1,96$ .

Cara mencari  $z$  tabel :

1)  $0,05 : 2 = 0,025$

2)  $0.5 - 0,025 = 0,475$

3)  $0,475 = 1,96$  (lihat pada table



**Gambar 8 Kurva Kelas Kontrol**

Keputusan :

Karena  $z$  hitung terletak di daerah  $H_0$ , maka keputusannya adalah menerima  $H_0$  atau pemberian layanan konseling kelompok kurang cukup efektif dalam meningkatkan percaya diri peserta didik. Dengan melihat angka probabilitas pada *output* SIG adalah  $0,18 > 0,05$ , maka  $H_0$  diterima. Sedangkan dari perhitungan  $z$  hitung didapat nilai  $z$  adalah  $-2,375$  (tanda  $-$  tidak relevan karena hanya menunjukkan arah) lebih besar dari  $z$  tabel yaitu  $1,96$ .

#### **d. Analisis Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol**

Jika dilihat dari proses perhitungan kedua kelas, maka dapat dikatakan kelas eksperimen menolak  $H_0$  menerima  $H_a$  dan kelas kontrol

menerima  $H_0$  menolak  $H_a$ . Dilihat dari keefektifannya maka layanan konseling kelompok dengan teknik *client centered* yang digunakan pada kelas eksperimen lebih efektif bila dibandingkan pada kelas kontrol yang hanya menggunakan konseling kelompok.

**Tabel 19**  
**Deskripsi Data Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol**

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
pretest_eksperimen	7	32	36	34.00	1.291
posstest_eksperimen	7	92	99	96.86	2.673
Valid N (listwise)	7				

Pada tabel tersebut menunjukkan hasil *posttest* dengan layanan konseling kelompok menggunakan teknik Client centered dengan nilai minimum yakni 92. Pada nilai mean (rata-rat) kelas eksperimen yaitu 96,86.

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
pretest_kontrol	7	39	73	60.71	13.720
posttest_kontrol	7	82	86	84.00	1.414
Valid N (listwise)	7				

Pada tabel tersebut menunjukkan hasil *posttest* dengan layanan konseling kelompok dengan nilai minimum yakni 82. Pada nilai mean (rata-rat) kelas eksperimen yaitu 84,00.

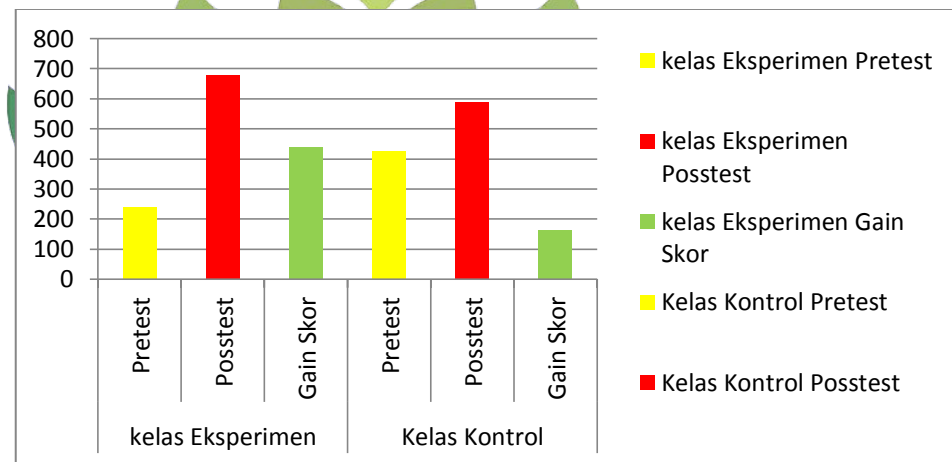
Dari dua tabel diatas dapat menunjukkan pada hasil *posttest* dengan nilai minimum kelas eksperimen lebih besar dari pada kelas control  $92 > 82$ . Pada nilai mean (rata-rat) kelas eksperimen juga lebih besar disbanding kelas kontrol yaitu  $96,86 > 84,00$ . Hal ini menunjukkan layanan konseling kelompok dengan teknik Client centered efektif dibandingkan layananan layanan konseling tanpa perlakuan.

**Tabel 20**  
**Perbandingan Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol**

No	kelas Eksperimen			Kelas Kontrol		
	Pretest	Posstest	Gain Skor	Pretest	Posstest	Gain Skor
1	34	98	64	66	85	19
2	35	99	64	73	83	10
3	36	99	63	69	83	14
4	34	95	61	69	84	15
5	34	92	58	66	85	19
6	32	96	64	43	86	43
7	33	99	66	39	82	43
<b>Skor</b>	238	678	440	425	588	163
<b>Mean</b>	34	96.85	62.85	60.7	84	23.28

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata/*mean pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol sama-sama mengalami peningkatan, pada kelas eksperimen skor *pretest* 238 atau rata-rata/*mean*

34,00, dan skor pada *posttest* 678 atau nilai rata-rata/*mean* 96,86 sedangkan pada kelas kontrol skor *pretest* 425 atau rata-rata/*mean* 60,71, dan skor pada *posttest* 588 atau nilai rata-rata/*mean* 84. Meskipun kedua kelas mengalami peningkatan, tetapi nilai rata-rata kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol, hal ini dapat dilihat dari *posttest* kelas eksperimen lebih besar dari kelas kontrol  $678 > 588$  atau  $96,85 > 84$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik Client centered efektif dapat meningkatkan percaya diri peserta didik.



**Gambar 9 Grafik Peningkatan Percaya Diri**

## B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang membandingkan hasil *posttest* kelas eksperimen dan kelas kontrol menghasilkan nilai skor sebesar  $678 \geq 588$  atau nilai rata-rata/*mean*  $96,85 \geq 84$  sehingga dapat dinyatakan ada perbedaan secara signifikan antara hasil *posttest* kelas



eksperimen dan kelas kontrol mengalami peningkatan. Selain itu ada peningkatan percaya diri yang mengalami peningkatan pada eksperimen dengan hasil skor yaitu pada *pretest* 238 dengan rata-rata/*mean* 34,00 dan skor *posttest* 678 dengan rata-rata/*mean* 96,85 sehingga dinyatakan mengalami peningkatan.

Hal ini juga telah membandingkan dari peneliti terdahulu diantaranya yang dilakukan oleh Rico Asfany dengan hasil yang diperoleh  $z \text{ hitung} = -2.366 < z \text{ tabel} = 1,645$  Client centered efektif meningkatkan kepercayaan peserta didik, lalu penelitian oleh Lestari dkk, menunjukan peningkatan percaya diri sebesar 22,5% dan diketahui bahwa  $\text{sig} = 0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  diterima. Serta penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati menunjukan hasil *Pretest* 39,66 dan hasil *Posttes* meningkat menjadi 80,2, dari uji t diperoleh  $t_{\text{hitung}} = 25,68$  dan  $t_{\text{tabel}} 2,26$ . Maka hal ini dapat dikatakan bahwa konseling *Client centered* efektif meningkatkan percaya diri peserta didik.

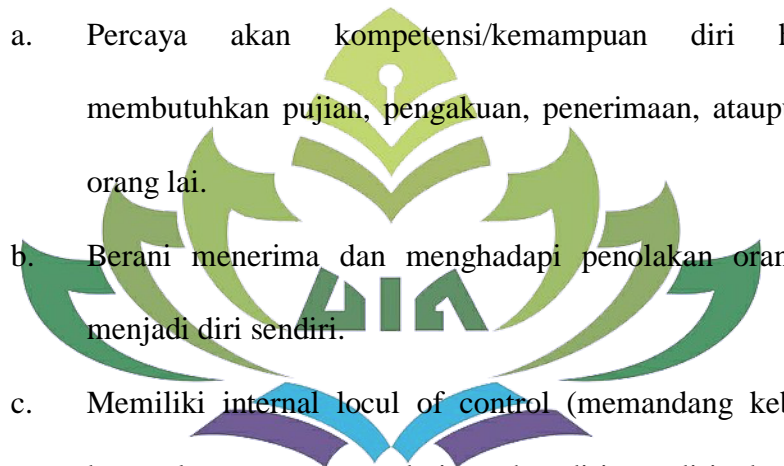
Percaya diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesabaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.<sup>2</sup> Percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang kemampuan dirinya untuk

---

<sup>2</sup> M. Nur Ghufon & Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakata: AR-RUZ Media, 2012), h. 34

mengembangkan nilai positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Dimana individu merasa memiliki kompetensi, yakni, mampu dan percaya ia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi actual, prestasi, serta harapan yang realistik terhadap diri sendiri

Menurut Mastuti, ada beberapa cirri atau karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri.

- 
- a. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lain.
  - b. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
  - c. Memiliki internal locul of control (memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung/mengharapkan bantuan orang lain.
  - d. Memiliki harapan yang terealistik terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Septi Rahayu, "Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok", (Jurnal Skripsi Program Stara 1 Universitas Negeri Semarang UNNES , 201). h. 19

Kepercayaan diri merupakan hal terpenting yang harus dimiliki peserta didik. Kepercayaan diri yang baik akan membuat individu dapat mengembangkan potensi yang ia miliki secara optimal. Sikap tidak mampu menyampaikan pendapat pada dasarnya karena minimnya percaya diri seseorang

Dalam penelitian ini terdapat dua kelas yang digunakan yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol. Dalam kelas eksperimen diberikan *treatment* atau perlakuan dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *client centered* dan kelas kontrol tidak diberikan *tratmen* atau perlakuan, tetapi hanya dengan menggunakan konseling kelompok.

Berdasarkan hasil *posttest* yang telah diberikan ternyata terjadi peningkatan percaya diri pada kelas eksperimen hasil tersebut diketahui dari hasil *pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol. Pada kelas kontrol juga mengalami peningkatan tetapi kelas eksperimen mengalami peningkatan yang lebih dibandingkan kelas kontrol.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok efektif untuk meningkatkan percaya diri peserta didik kelas XII di SMK Negeri 5 Bandar Lampung.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan perhitungan rata-rata skor percaya diri pada kelompok eksperimen yang pada awal pretest dengan skor 238 mengalami peningkatan menjadi 678 setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered*, dan pada kelompok kontrol dengan hasil skor pretest 425 menjadi 588 setelah diberikan layanan konseling kelompok. Dari uji wilcoxon menggunakan SPSS versi 17 hasil kedua tabel menunjukkan output “Test statistik” maka diketahui kolom asymp sig (2 tailed) yang merupakan angka probabilitas  $p = 0,017$ ;  $p < 0,05$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian percaya diri peserta didik di kelas X SMKN 5 Bandar Lampung mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Client Centered*.

#### B. SARAN

Berdasarkan hasil pembahasan, penulis memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu :

1. Bagi Sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu program sekolah dalam meningkatkan percaya diri peserta didik, dan diharapkan

dapat digunakan sebagai referensi bagi sekolah untuk dapat memberikan sarana dan prasarana yang belum diperoleh oleh peserta untuk meningkatkan percaya diri.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK), Guru Bimbingan dan Konseling hendaknya dapat memprogramkan dan melaksanakan dengan menggunakan *Client Centered* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik.
3. Bagi Peserta Didik, peserta didik sebaiknya menerapkan *Client Centered* untuk dapat meningkatkan percaya diri peserta didik.
4. Bagi peneliti, menjadikan pengalaman bagi peneliti dalam menangani masalah dengan menggunakan pendekatan *Client Centered* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik, dan besar harapan peneliti skripsi ini dapat bermanfaat untuk banyak kalangan. Karena keterbatasan pengetahuan dan referensi, penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari sempurna.
5. Bagi peneliti selanjutnya, yang akan melaksanakan penelitian mengenai percaya diri dengan menggunakan pendekatan percaya diri sebaiknya dilakukan layanan konseling individu agar dapat mengetahui masalah percaya diri lebih dalam, sehingga peneliti bisa tau apa saja hambatan yang membuat percaya dirinya rendah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Bandung: Rineka Cipta. 2002.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. 2006.
- Anugrahening Kushartanti. Perilaku Menyontek Ditinjau Dari Kepercayaan Diri. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi* 11, no. 2. 2009  
<http://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/1658/1180>.
- Corey, Cerald. *Teori dan Praktek Konseling Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama. 2010.
- Defriyanto, Oki Dermawan. “*Relevansi Kesulitan Belajar Peserta Didik di Madrasah Aliyah Negeri 1 Bnadar Lampung*”
- E. Koswara. *Teori-teori Kepribadian*. Bandung: PT Eresco. 1991.
- Gantina, Eka & Karsih. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta Barat: PT Indeks. 2011.
- Hariri, Ahmad. *Konseling Kelompok dengan Teknik Diskusi Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial di MTs Wathoniyah*. skripsi S.Pd. program pendidikan dalam ilmu Bimbingan dan konseling Universitas Islam Negri Raden Intan Lampung. 2017.
- Hellen. *Bimbingan dan konseling*. Jakarta: Ciputat pers. 2002.  
<http://www.tandfonline.com/loi/ccpq20>. 2007.
- Nurihsan, Ahmad Juntika. *Bimbigan dan Konseling dalam berbagai latar belakang*. Bandung: Refika Aditama. 2007.
- Laila Maharani, Hardiansyah Masya, Miftahul Jannah, “*Peningkatan Keterampilan Sosial Peserta Didik SMA Menggunakan layanan Bimbingan Kelompok Dengan teknik Diskusi*”.
- Lesmana, Jeanetta. *Dasar-dasar Konseling*. Bandung: UI Press. 2005
- M. Nur Ghufon & Rini Risnawati S. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakata: AR-RUZ Media. 2012.

- Mursalin, Muhammad. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta Barat: Akademia Permata. 2013
- Noor, Juliansyah. *Metodelogi penelitia Skripsi, Tesis, disertasi dan Karya Ilmiah* . Jakarta: Kencana Prenada Media Grup, 2011.
- Pradipta Sarastika. *Buku Pintar Tampil Percaya Diri*. Araska. 2014.
- Prayitno, Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 2004.
- Prayitno. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Padang: Ghalia Indonesia. 1995.
- Subagyo, Joko. *Metode Penelitian dalam teori dan praktik*. jakarta: rineka cipta. 2015
- Sukardi, Dewa Ketut. *Pengantar Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta. 2008.
- Sugiono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2010.
- Sugiono. *Metode Penenlitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta. 2012.
- Sugiono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta. 2013.
- Thursan, Hakim. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya diri*. Puspa Swara. 2005.
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Marasah*. PT Raja Grafindo Persada. 2007.
- Tina Afiatin and Sri Mulyani Martaniah, “Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok,” *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 3, no. 6 (1998): 66–79, <http://jurnal.uii.ac.id/index.php/Psikologika/article/viewFile/8466/7192>.
- W.S . Winkel. *Bimbingan dan Konseling Di Instansi Pendidikan*. Jakarta: Rasindo. 1997.



Yuberti Antomi Saregar, *Pengantar Metodologi Penelitian Pendidikan Matematika dan Sains*.  
Bandar Lampung: Aura CV. Anugerah Utama Raharja. 2017.

